Huerta orgánica familiar

Guía práctica para cultivar sus propias frutas, hortalizas y hierbas frescas; libres de los productos químicos y manipulación genética.



Disfrute de los placeres que provoca cultivar sus propios alimentos a través de esta personal y altamente atractiva guía de cultivos de frutas y verduras



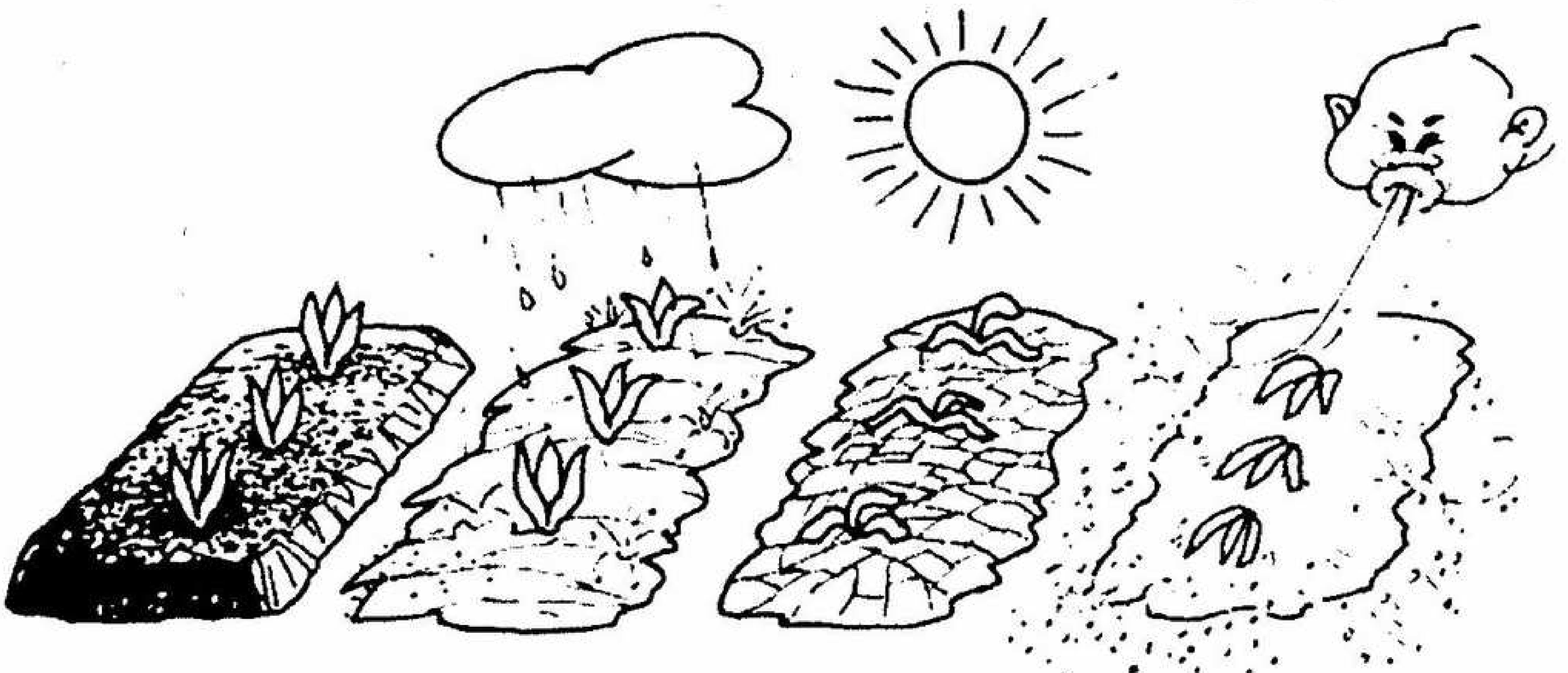
Cuando uno toma la decisión de crear una huerta para uso personal, siempre recomiendo que trate de utilizar la menor cantidad de pesticidas posibles, cualquiera sea el cultivo que siembre, pero cuando se trata de frutas y hortalizas, yo no utilizo ningún tipo de productos químicos. Partiendo de la base de que millones de personas opinan lo mismo, lo importante era que la huerta fuese orgánica. La satisfacción que se consigue al producir (y mas aun, al consumir) alimentos frescos recién cosechados, cultivados en casa y libre de pesticidas, requiere algo de esfuerzo. No es necesario ser un jardinero experimentado para lograrlo; tan sólo se debe estar dispuesto a intentarlo.

PREPARATIVOS INICIALES

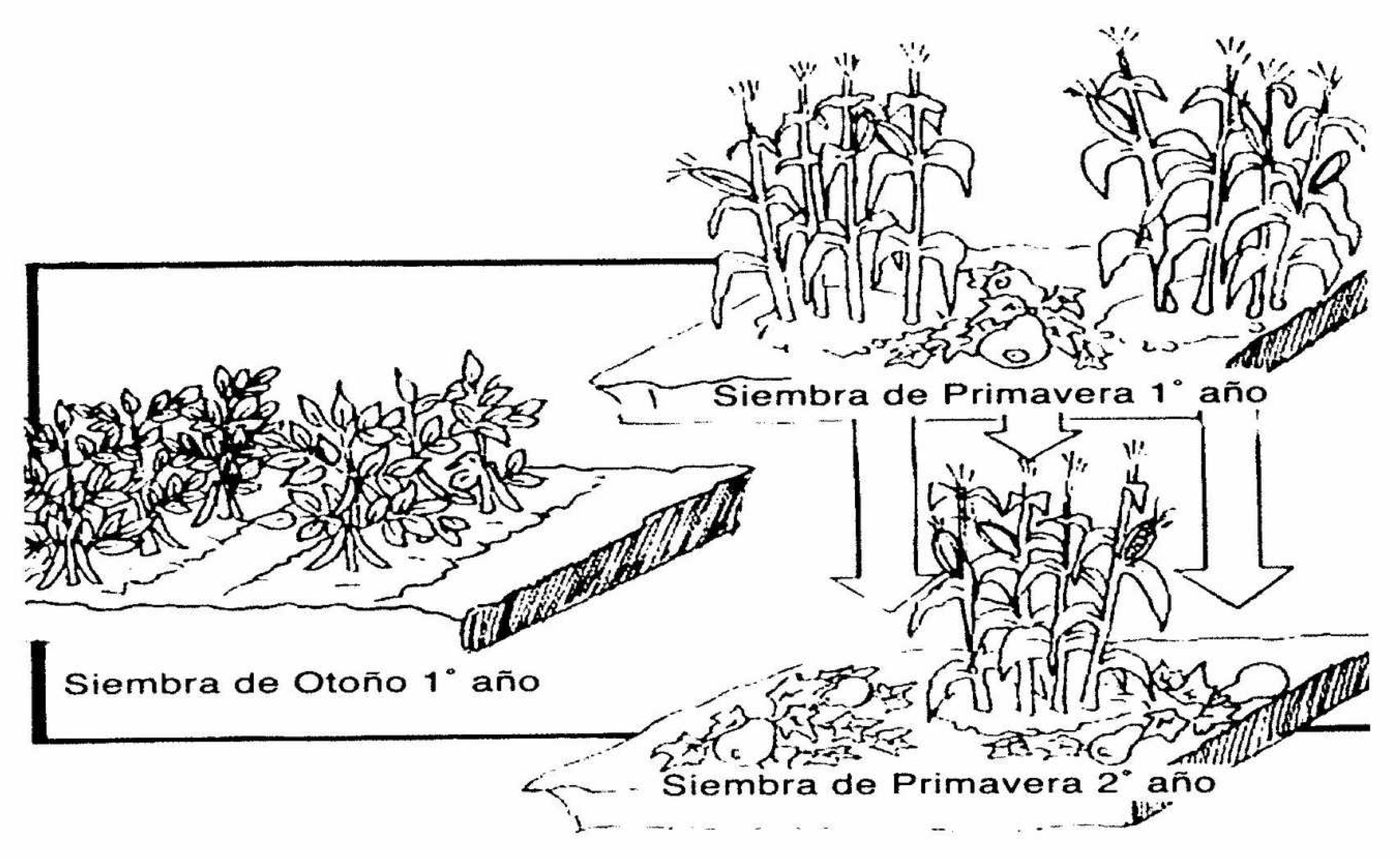
La transformación de un terreno irregular, en una huerta, fue el comienzo de una aventura completamente nueva. Debí escoger las mejores frutas y hortalizas teniendo en cuenta el espacio y el suelo. Puede que no se cuente con demasiadas opciones a la hora de ubicar las frutas y las hortalizas si el espacio es reducido o si el jardín ya se encuentra establecido. Sin embargo si existen opciones que pueden aplicarse.

El mejor lugar

La mayoría de las frutas y hortalizas necesita de una gran cantidad de luz natural para prosperar. Un leve declive sobre el que dé el sol durante la mayor parte del día constituye una ventaja dado que aumentará la temperatura del suelo con mayor rapidez en la primavera. Un lugar ventoso no es aconsejable. Sin embargo, la buena circulación de aire ayuda a reducir la humedad y por lo tanto disminuyen los problemas que provocan las enfermedades fungales, que prosperan en condiciones de humedad. Los cultivos polinizados por acción del viento tales como el maíz dulce, también podrían contribuir a mejorar estas condiciones. Pero en los casos en que el viento provoca efectos nefastos, debe plantar una línea o grupo de árboles o estructuras adecuadas para contrarrestar el viento. No se puede evitar por completo la helada, pero es necesario asegurarse de no plantar en un área que esté expuesta a la misma, ya que si los brotes se dañan, la cosecha sería pobre o inexistente. No obstante, recomiendo intentar colocar las hortalizas en el interior del terreno donde las condiciones las favorezcan. Evite las zonas de rápido drenaje como la parte superior de una pendiente del terreno para las plantas que necesitan de una gran cantidad de agua, tales como los zapallitos largos, y si un rincón fuera un poco húmedo y sombrío, utilícelo para cultivar rúcula o lechuga. Los árboles frutales y los cultivos de crecimiento tardío, como los alcauciles, requieren de una ubicación inicial muy precisa. Es así, que tome la decisión de cultivar las frutas en un sector amplio y colocar las hortalizas perennes en una parcela separada, más pequeña. En general, las hortalizas prefieren suelos entre neutros y un poco ácidos. Tome esto en cuenta en el momento de decidir que cultivar y donde hacerlo, e incluso antes de realizar la preparación del suelo



PLANIFICACIÓN DE LOS CULTIVOS



Resulta entretenido decidir la forma en la que van a distribuirse los cultivos. Consultar catálogos de semillas es la forma ideal que permite comparar lo atractivo de las novedades con las variedades tradicionales ya probadas y examinadas.

La cantidad de espacio que se posee y el tiempo que se le puede dedicar a la jardinería constituye factores esenciales. Pero aun más importantes es cultivar aquellos alimentos que en realidad se desean consumir. No sirve de nada dejarse llevar por la vistosa apariencia de la acelga color rubí, o rúcula, si esas hortalizas no son del agrado personal. Siempre he elegido los cultivos de acuerdo con lo que le gusta a mi familia. A medida que pasa el tiempo, pueden introducirse cambios y cultivar nuevos vegetales, pero en el primer año, procuré evitar la mayoría de las crucíferas y las frutas menos preferidas. Por el momento, prefiero consumir tomates, papas y choclos.

Variedades

El sabor y la textura son algunas de las razones principales por las que cultivo mis propios vegetales, a pesar de que cualquier variedad que se cultive en casa superará la versión de venta comercial. Las descripciones contenidas en los catálogos y en los envases de semillas pueden ser de gran ayuda a la hora de elegir. Algunas variedades, como por ejemplo los tomates cherry son reconocidos por su sabor. Sin embargo, si todavía no estuviera seguro, pruebe cultivar diversas variedades de un mismo vegetal.

La mayoría de las semillas almacenadas en lugares frescos, secos y oscuros perdurarán un par de años. Por lo tanto, el remanente de un paquete podrá utilizarse en otras temporadas.

Principios de la rotación

Sin importar cuán pequeña se la huerta en cuestión, es necesario implementar un sistema de rotación de cultivos, ya que a través del cultivo de grupos de vegetales en sectores diferentes del terreno cada año, es mas probable que no perezcan como consecuencia de las plagas o enfermedades del suelo. Además, se contribuye a mantener el equilibrio necesario de nutrientes en el suelo. Si la huera es demasiado pequeña, incluso hasta puede cultivarse cada vegetal en un lugar diferente cada año, y así dejar transcurrir un período de dos o tres antes de que la raíz se desarrolle, digamos, en el mismo lugar donde se cultivo por primera vez.

Es posible elegir dónde colocar cada cultivo hasta un cierto límite, pero existen algunos principios que deben aplicarse. Intente agrupar los cultivos de manera que las crucíferas se encuentren juntas. Los tomates y las papas deben agruparse en la misma parcela o, en caso de que se encuentren en parcelas separadas, no debe permitirse que se sucedan en la rotación de los cultivos. Las zanahorias, el apio y el perejil deben sembrarse juntos, al igual que las cebollas, el ajo, los cebollines y los puerros. Las legumbres (arvejas y habas) también deben cultivarse en la misma parcela. La mayoría de los planes de rotación colocan las zanahorias y las nabizas en una parcela separada de las cebollas y de los tubérculos similares, pero yo los he sembrado juntos por la sencilla razón de que ambos grupos de plantas poseen un follaje de aroma muy intenso, y el aroma de las zanahorias y el nabizas ayuda a evitar las moscas de la cebolla mientras que el olor de las cebollas, puerros y ajos evita las moscas de la zanahoria.

Elección de la fruta

En el momento de elegir los árboles frutales, recuerde que ocupan bastante lugar, por lo tanto asegúrese de contar con suficiente espacio para que el cultivo pueda desarrollarse. Además, es necesario verificar que se hayan elegido variedades auto fertilizantes o capas de polinizarse unas a otras (es decir, que produzcan flores en la misma época); en caso contrario, el cultivo no cumplirá con las expectativas esperadas. Las plantas compradas en lugares determinados deben adecuarse en forma correcta a las condiciones existentes. Un especialista podrá recomendarle las variedades para un área determinada, independientemente del lugar en el que se encuentren ubicadas las plantas. Asimismo, podrán asesorarlo sobre las cepas mas adecuadas tanto para la forma del árbol como para el espacio disponible. Distribuir árboles frutales en una huerta es complicado cuando el espacio es reducido. He plantado arbustos, pero los árboles de ramas aparradas, en forma de arbusto y los inclinados, ocupan menos lugar y pueden disciplinarse contra paredes o cercos. El sabor y la textura son particularmente importantes, ya que los árboles frutales implican una inversión a largo plazo y es posible que no produzcan frutos durante los primeros años.

HIERBAS MALAS

En principio toda huerta es un terreno dominado por malezas. Es importante tener en cuenta dos tipos de desmalezamiento: la limpieza inicial del terreno y el mantenimiento diario

Métodos de trabajo

Un herbicida sistémico es lo mas adecuado para extirpar las hierbas malas perennes del terreno, si es utilizado en una época del año durante la cual el crecimiento de las plantas es lento o prácticamente inexistente, su efecto es mínimo. Eliminan la mayoría de las hierbas malas con la primera aplicación y logran erradicar incluso los tipos más perjudiciales tales como las romazas y las ortigas luego de una segunda aplicación. En caso de que se desee evitar el uso de productos químicos y se disponga de mayor tiempo de preparación, puede cubrirse el terreno con una alfombra vieja, polietileno negro o cualquier otro material que impida el pasaje de la luz y así las hierbas malas se irán debilitando gradualmente, pero esto tomara un año o mas en el caso de las mas resistentes.
La limpieza anual del terreno, con ayuda de la horquilla papera y de la pala, puede producir buenos resultados pero demanda una gran cantidad de tiempo y energía, no es conveniente utilizar una herramienta eléctrica ya que las triturará y empeorara el problema a largo plazo. En casode que se utilicen una horquilla papera o pala, lo esencial es no cortar las raíces primarias, ni los brotes o raíces extensas y subterráneas de estas hierbas malas, porque éstas pueden regenerarse incluso a partir del fragmento mas pequeño. Quite por completo las raíces, sino germinaran por lo menos cuatro plantas más. Y esto es importante, para contar con una superficie libre desde un principio, aunque algunas hierbas malas pueden ocasionar problemas durante varios años, independientemente de lo exhaustiva que haya sido la eliminación de las mismas.

Con visión de futuro

Las semillas de las hierbas malas viven un largo tiempo y pueden permanecer latentes durante años. Por lo tanto la limpieza periódica con ayuda de una azada o a mano, será necesaria durante temporadas futuras.

Cubrir las hierbas malas con estiércol y paja puede ayudar a erradicarlas y debilitarlas y, en suelos húmedos, contribuyen a conservar la humedad, esto produce un doble beneficio.



COMPONENTES DEL SUELO

La textura y la composición, los niveles de nutrientes y la acidez o alcalinidad del suelo varían notablemente de un terreno a otro e, incluso, dentro de un mismo terreno. Antes de comenzar a mejorar el suelo, deben examinarse sus características.
Generalmente, el cultivo de vegetales es de gran ayuda para comprobar la clase de suelo del terreno. La tierra gruesa, tiende a ser húmeda y puede trabajarse fácilmente con las manos. Cavar se dificulta en este tipo de suelo y a su vez, tarda en aumentar de temperatura durante la primavera lo que retrasa la siembra en exteriores. Puede comenzarse en un suelo poroso, arenoso, pero al drenar con tanta rapidez, no retiene muy bien los nutrientes. En forma similar, el suelo sobre greda es de rápido drenaje. Este tipo de tierra negra es la ideal, ya que combina un drenaje adecuado con una buena retención de humedad.

Agregado de materia orgánica
Todos los suelos se benefician si se les agrega materia orgánica. Incorporé grandes cantidades de estiércol bien fermentado a la tierra gruesa. Por lo general el abono equino contiene una gran proporción de astillas de madera o aserrín, lo que puede ocasionar problemas ya que agotan el nitrógeno existente en el suelo, que a su vez perjudica las plantas en crecimiento.
La incorporación de estiércol beneficia a todos los tipos de suelo. Abre la tierra arcillosa, mejora el drenaje y evita que se reseque durante el verano.

Sobre suelos arenosos o gredosos, contribuye a conservar la humedad y los nutrientes. Permite que los suelos arenosos conserven la humedad en superficie e incrementa el drenaje de los suelos arcilloso. Es sencillo preparar compost mediante una combinación de desechos provenientes de la cocina y del jardín, tales como las hierbas malas anuales (siempre y cuando no produzcan semillas), césped cortado, tallos y las hojas exteriores de las hortalizas, e incluso ramas pequeñas. El tiempo que el compost necesita para madurar varía según el tamaño del recipiente donde se lo prepara, de los ingredientes que se agregaron, de la temperatura y de la estación del año, pero por lo general, estará listo para usarse luego de transcurridos entre tres y cinco meses.



En un recipiente amplio, el compost se recalienta y madura con mayor rapidez, al igual que si se mantiene la humedad adecuada. Para acelerar el proceso, puede utilizarse un activador orgánico, que puede adquirirse en viveros. No agregar nunca hierbas malas perennes perjudiciales como correhuela o diente de león, ni restos de carne que puedan atraer plagas.

Si se cuenta con una buena cantidad de hojas secas, se las puede convertir fácilmente en mantillo. A pesar de que contienen una cantidad relativamente pequeña de nutrientes útiles, constituye un acondicionador magnífico del suelo.

Construir un recipiente enterrado cuatro o más planchas de madera tratada con conservantes y agregarle un armazón de tejido de alambre de gallinero. Si se conserva húmedo, el mantillo estará listo entre 18 y 24 meses. En los jardines pequeños, es conveniente prepararlo en una bolsa de plástico negro de la siguiente manera: llenar la bolsa con hojas, agregar un litro de agua, luego utilizar una horquilla papera y perforar un poco la bolsa. Doblar la parte superior y colocarla en un lugar retirado del paso hasta que el mantillo esté listo.

Pruebas y tratamientos

La acidez de un suelo se describe como su pH. Un equipo permite determinar si el suelo es ácido (si presenta una cifra menor a 7), neutro (una cifra igual a 7) o alcalino (una cifra mayor que 7). El pH puede incrementarse o reducirse levemente: para esto es necesario agregar azufre para que el suelo sea más ácido, y rastrillar con cal para que sea más alcalino. Algunos cultivos requieren de suelos determinados.

Una vez incorporados los componentes necesarios para mejorar la calidad del suelo, debe examinarse nuevamente el pH ya que podría haberse modificado. Si es evidente que los cultivos no se desarrollan como deberían, en ocasiones es porque el suelo carece de nutriente esencial. Algunos quipos incluyen test para estos casos.

Tanto el estiércol como el compost mejorarán la fertilidad del suelo, pero en algunos casos, será necesario agregar fertilizantes para cultivos tales como por ejemplo, el brócoli.

La mayoría de aquellos que practican la jardinería orgánica consideran que la gallinácea granulada es completamente adecuada, si proviene de aves de granja criadas en forma orgánica. Si bien como vegetariana no es algo que utilizaría, la sangre coagulada, el pescado y los huesos también se recomiendan. La consuelda es un fertilizante orgánico excelente. Puede prepararse un líquido triturando las hojas, pero se necesita espacio para una amplia parcela de plantas y es un proceso que produce un olor sumamente intenso.

CONSEJOS UTILES

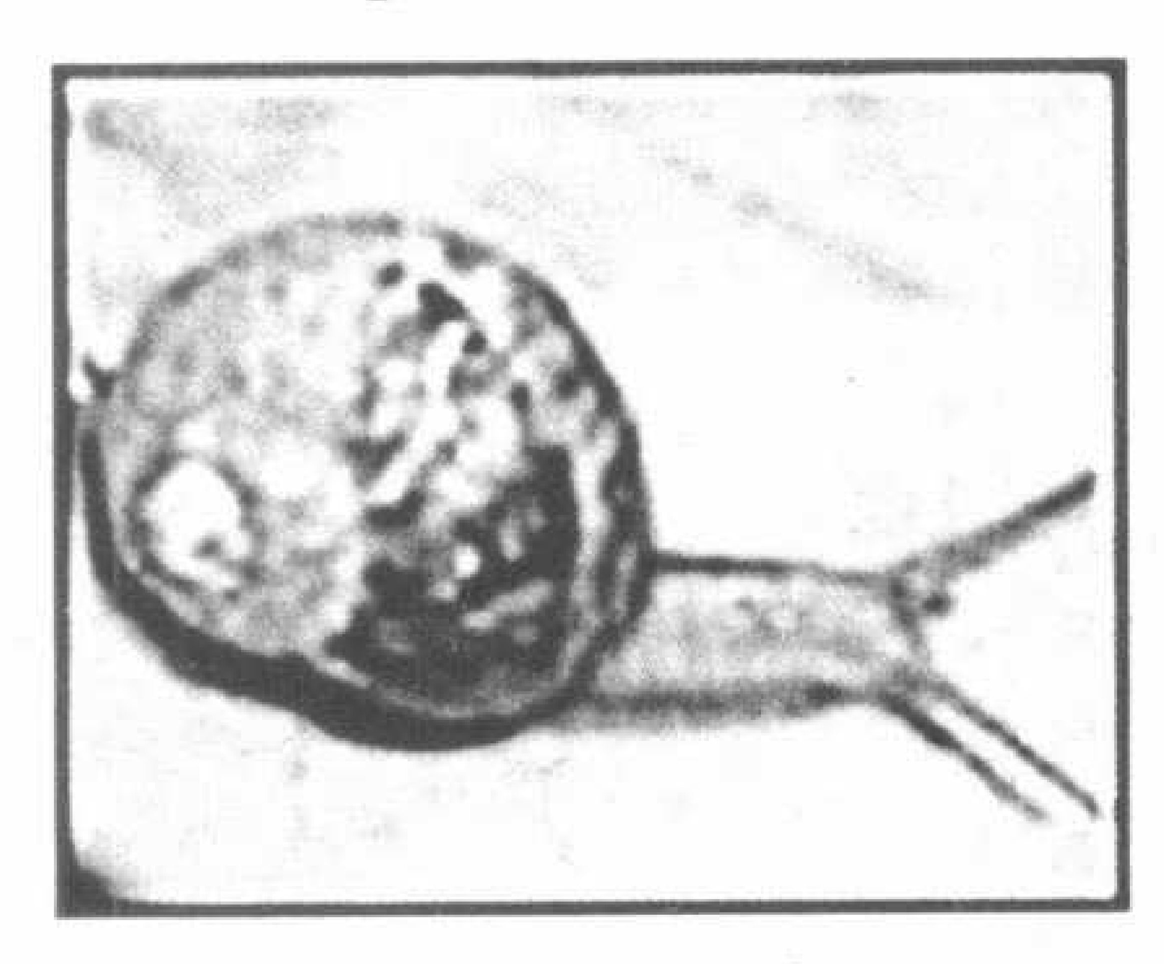
- El compost que prepara uno mismo no contiene productos químicos, pero si se utilizan otros tipos de materia orgánica tales como compost preparado con hongos o frutos desecados, es necesario verificar que no contengan pesticidas ni herbicidas
- Dada una determinada cantidad de materia vegetal de desecho, las lombrices producen un compost y un fertilizante liquido muy efectivo que puede utilizarse hasta lograr el efecto necesario. Puede comprarse un producto que incluye las lombrices y el recipiente, aunque algunos jardineros simplemente compran lombrices atigradas o gusanos amarillentos y las colocan en el recipiente adecuado.

SIEMBRA DE INTERIOR

La siembra de realizada en macetas, cajoneras o bandejas de cultivo, facilita el crecimiento inicial. Cuando el clima es desfavorable o impredecible, este proceso es de gran utilidad. En especial los tomates, que requieren de una larga temporada de crecimiento.

La siembra de interior puede utilizarse para diferentes cultivos. Sembré crucíferas en bandejas de cultivo porque la tierra de mi terreno era demasiado húmeda y fría para realizar una siembra directa. Para cultivos medianamente resistentes, como los tomates, pimientos, ajíes, morrones, berenjenas y melones, que requieren de un cierto tiempo de maduración para los frutos, el único método confiable consiste en cultivar las plantas en el interior.

También puede ser útil para las judías y los zapallitos largos, que pueden transplantarse tan pronto como hayan finalizado las heladas. El calor contribuye a acelerar la germinación y los plantines no son afectados por babosas ni caracoles.



Preparación del compost y comienzo de la siembra

Según el cultivo del que se trate, puede utilizarse una amplia variedad de bandejas de diversos tamaños, pequeñas macetas o bandejas de cultivo. Si se trata de semillas que necesitan calor, como las de tomate, pimientos, ajíes, morrones, berenjenas, un propagador de calor resulta esencial; existe una gran variedad para elegir. Si se lo ta- miza, produce mejores resultados, pero, sino se cuenta con demasiado tiempo, puede tamizarse solo la capa superficial en la bandeja o maceta. Prefiero trabajar con compost seco o levemente húmedo y luego de sembrar las semillas ya que es conveniente dejar que absorba toda la humedad que necesita del fondo.

Presionar suavemente el compost en la bandeja o maceta, pero asegurarse de no compactarlo demasiado. El envase de semillas contiene instrucciones acerca de la profundidad necesaria a la que debe realizarse la siembra, la temperatura adecuada y demás requisitos. En realidad es importante seguir estos consejos con sumo cuidado. Sembrar a la mayor distancia posible unas semillas de otras, para que crezcan sanos y fuertes. Si se siembran demasiado juntos, se debilitan y dispersan, y con frecuencia las plantas crecen débiles. El agua de un barril es sumamente útil para el jardín, pero en el caso de los plantines delicados, se corre el riesgo de que se originen enfermedades de los almácigos. Evitar utilizar agua demasiado fría, ya que se los puede perjudicar. Colocar las macetas o bandejas en un propagador en un invernadero o sobre el alféizar de una ventana para que reciba luz natural. El propagador puede originar calor o no, de acuerdo con las



Preparada para la siembra
La mayoría de las semillas se siembran en surcos trazados con ayuda de una línea para asegurar su rectitud. Una vez colocada la línea en la posición correcta, formar el surco con ayuda del extremo de una azada. La profundidad variará de acuerdo con el cultivo. Por lo general, las semillas más pequeñas se colocan a mayor profundidad que las mas grandes, pero, independientemente de la profundidad requerida por cada cultivo en particular, los surcos deben ser de una misma profundidad ya que de lo contrario, los plantines no aparecerán al mismo tiempo, lo que reduciría la germinación. Sembrar las semillas separadas unas de otras. Si la semilla es muy pequeña , prefiero mezclarla previamente con una cantidad de arena que supere varias veces su volumen para que sea más sencillo manejarla.
Las arvejas se siembran generalmente con una separación de 10 cm entre cada una, en surcos amplios con base alisada. Utilice una pala para trazar surcos. Después de la siembra, presionar suavemente las semillas para que entren en contacto con la tierra húmeda en la base del surco y cubrir con tierra hasta donde sea necesario. Regar la línea con una roseta fina colocada en la regadera para no perjudicar las semillas. Es necesario mantener el suelo húmedo si la lluvia no ayuda. Si las aves resultan un problema, puede utilizarse tiras de algodón tensa atadas en forma de tirante entre varillas o ramas pequeñas. Un túnel de red funcionará bien. Para disminuir la concentración de los plantines, es conveniente hacerlo por etapas, durante un tiempo, para no excederse y luego encontrarse con una cantidad insuficiente de plantas. Puede extraerse el plantín completo con todo y con raíces o cortado a nivel del suelo; con frecuencia es el mejor método para disminuir la concentración de los tubérculos. Un riego intensivo previo reduce el riesgo de dañar las raíces de los plantines restantes, y un segundo riego contribuye a volver a distribuir la tierra con posteridad alrededor de los mismos. Por lo general, intento no disminuir la concentración de los plantines durante el mediodía si la temperatura es alta, o si el día es ventoso.
Es conveniente iniciar este proceso tan pronto como sean lo suficientemente grandes como para ser manipulados.

Utilización de almácigos
En algunas hortalizas, es preferible comenzar el cultivo en una porción pequeña de tierra separada (almácigos), destinada al cultivo de plantines que luego serán transplantados al lugar definitivo. Este método es de gran utilidad para varias crucíferas y otros cultivos que requieren de mayor tiempo para desarrollarse. Un cultivo en almácigos permite utilizar el espacio de huerta destinado, para que produzca en forma simultánea otros cultivos de maduración rápida.

SIEMBRA DE EXTERIOR



Una vez que el suelo se encuentre liso y las condiciones climáticas sean correctas, algunos vegetales pueden sembrarse al aire libre como las arvejas, la espinaca, la lechuga y los tubérculos. Otros deben sembrarse en un lugar cubierto y cálido.
Cultivar hortalizas a partir de semillas permite seleccionar ampliamente las variedades. En el caso de algunos vegetales como las arvejas, los zapallitos largos y la lechuga, existe la posibilidad de sembrar ya sea directamente en la tierra, en macetas o en tipo almácigos en el interior. Pero en el caso de aquellos que no pueden transplantarse con facilidad, como los tubérculos, la siembra exterior es esencial.

Preparación correcta
Una vez eliminadas las hierbas malas, debe nivelas y rastrillar. Con una capa de tierra bien trabajada, las semillas estarán en contacto directo y así podrán absorber la humedad necesaria.En el caso de que se siembren semillas grandes, como arvejas o habas, pueden dejarse fragmentos grandes.Si bien puede resultar tentador prepararse para comenzar con la siembra a principios de la temporada, debe recordarse que puede dañarse el suelo si aún está húmedo.
Por eso es conveniente esperar hasta que se haya secado. En la tierra arcillosa, esto puede llegar a ser de hecho un problema, pero si se utilizan tablas para no pisar el terreno, se ayuda a reducir el riesgo de compactación.
El tiempo adecuado depende del cultivo, un suelo demasiado húmedo o frío puede hacer que las semillas se descompongan. Cubrir la tierra con polietileno, campanas de vidrio o pau-pau antes de sembrar es una manera de asegurarse de que el suelo estará cálido y seco hacia fines de la temporada

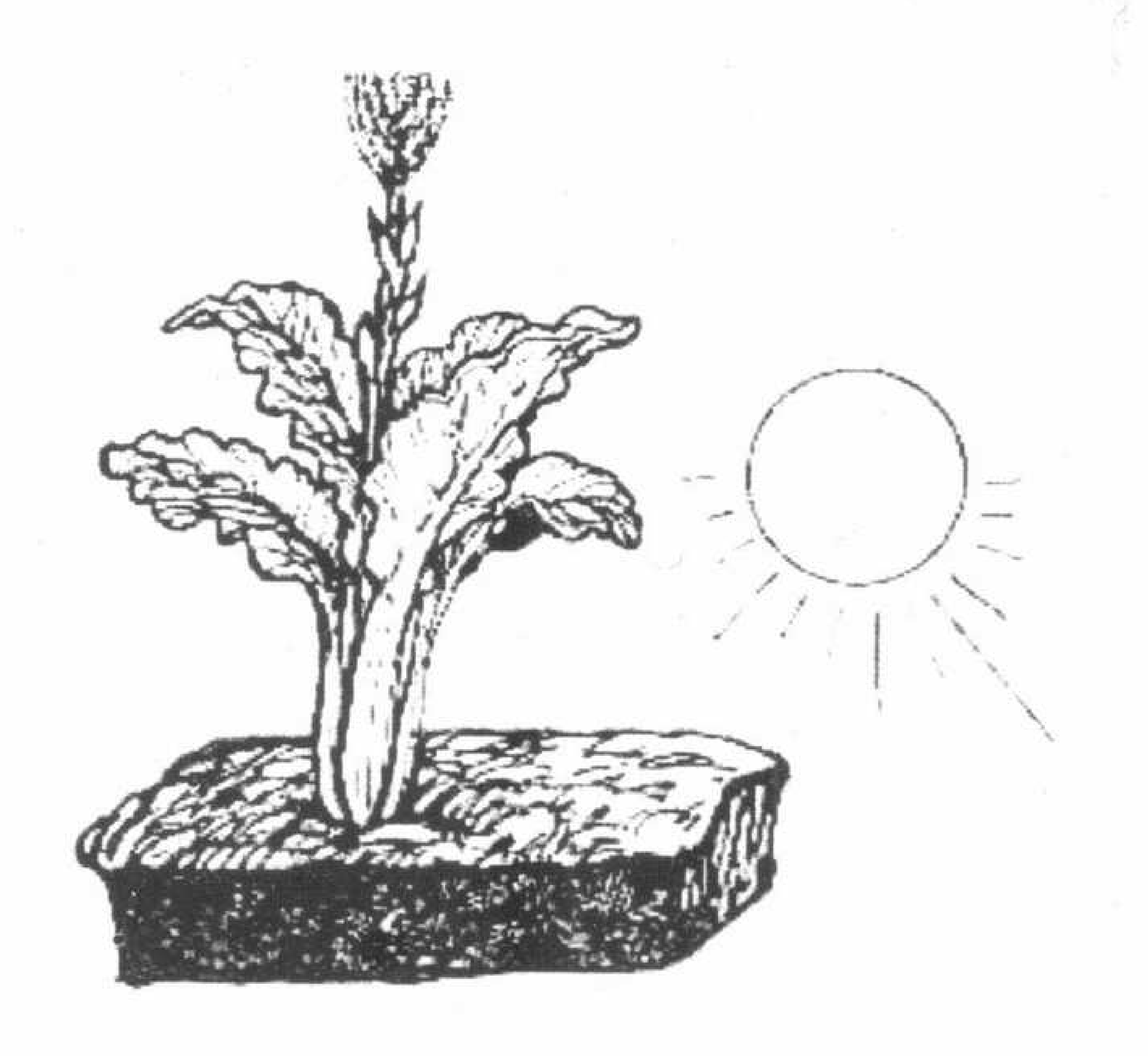
necesidades de las semillas. Una vez que broten los plantines, requerirán de una mayor cantidad de luz natural y será necesario trasladarlos al exterior. Si se cuenta con un invernadero o una cajonera para proteger las plantas nuevas, ese lugar es el más aconsejable, pero debe verificarse la temperatura necesaria con anterioridad. Intentar aclimatar gradualmente los plantines. Si hay espacio, es preferible dejarlos en el propagador que no produce calor por un día antes de transportarlos al exterior. Para cultivar los plantines, los coloco cerca de las ventanas y a la vez utilizo las cajoneras, combinando ambos métodos. Elegir las ventanas que reciben la mayor cantidad de luz o bien colocar las bandejas o macetas sobre papel de aluminio. Un fondo recubierto con este papel, ayudará.

Ventaja de las bandejas

La siembra realizada en bandejas de cultivo individuales permite que los plantines se desarrollen en un sistema de raíces fuertes que no se dañarán al transplantar los primeros el más fuerte de los plantines. En el caso del brócoli, utilicé celdas en un propagador con auto riego; un método simple con el que logré producir plantas excelentes. Una bandeja de cultivo, que se apoya sobre un entretenido capilar húmedo, permite que los plantines absorban la humedad necesaria sin que se sature el compost. Si se utilizan bandejas de cultivo individuales comunes, no permita que los extremos se resequen demasiado.

Espacio necesario

Una vez que los plantines colocados en bandejas alcancen el tamaño necesario, se los deben transplantar para que tengan más espacio para desarrollarse. Regar lo suficiente para evitar que se dañen las raíces y preparar macetas con compost fresco con hoyos ya ahuecados. Utilizar un plantador para levantar los plantines y apisonar el compost alrededor de las raíces en las macetas nuevas. Regarlos con moderación. Es conveniente mantenerlos alejados del contacto directos del sol durante uno o dos días, y luego asegurarse de que reciban la mayor cantidad de luz posible mientras crecen. Antes de plantarlos en el exterior, fortificar todas las plantas jóvenes. Incluso las más resistentes pueden sufrir un retroceso si el cambio de ambiente es muy brusco. Una cajonera es sumamente útil para aclimatarlas, pero la temperatura interior no debe bajar demasiado ventosos, fríos o calurosos ya que pueden perjudicar las plantas. La tierra debe estar humedad pero no mojada y, luego, debe regarse en forma intensiva para asegurarse que se asiente bien alrededor de las raíces. Igual que cuando se siembra en el exterior, marcar una línea ayuda a obtener una línea de siembra derecha.



PROTECCIÓN NATURAL DE LOS CULTIVOS



La protección de los cultivos o los invernaderos contribuyen a prolongar la temporada de crecimiento y permiten que las plantas maduren con mayor rapidez y produzcan por más tiempo. Existen diversas formas de proteger los cultivos. A principios de la temporada, puede incentivarse una cosecha temprana utilizando campanas, láminas de polietileno, campanas de vidrio, o pau-pau para aumentar la temperatura de la tierra antes de sembrar. Cuando la temperatura ambiente comience a subir, las plantas estarán lo suficientemente asentadas. Al final del año las hortalizas de invierno también se beneficiarán con esta protección. De esta forma, se prolonga su temporada de cosecha, se ayuda a minimizar el efecto de la lluvia o el granizo fuerte y las plantas producen hojas mas tiernas. Si reciben suficiente luz y agua, algunos cultivos, como por ejemplo las zanahorias, pueden mantenerse cubiertos hasta la cosecha, lo que evita posibles plagas.

Estructuras provisorias

Por lo general, la forma menos costosa de proteger los cultivos consiste en utilizar estructuras provisorias. Estas poseen la

ventaja de poder desplazarlas con facilidad de un lugar a otro y a la vez ocupan poco espacio. Soy fanática de las campanas y de los faroles de vidrio porque son atractivos además de ser muy útiles. Si es posible, utilizar aquellos que permiten graduar la ventilación de acuerdo con el clima y las necesidades de la planta. Si el aire del interior se hace demasiado cálido o húmedo, pronto las plantas sufrirán enfermedades y plagas incluso hasta morir.

El vidrio, el polietileno y poli-carbonato bicapa en láminas se utilizan con frecuencia en campanas de todo tipo y permiten la entrada de la luz adecuada. Personalmente, prefiero el vidrio, pero es el material que más fácilmente se rompe y puede resultar demasiado pesado. Existe una enorme variedad de campanas. La mayoría son bastante sencillas de armar. Pero otras no. Por eso es conveniente examinarlas antes de comprarlas.

El pau-pau y las telas plásticas proporcionan un cierto grado de protección contra la helada cuando se extienden para cubrir cultivos jóvenes. Poseen la ventaja de no ser costosas y de ser completamente transportables, así como también de permitir la buena circulación de aire.

Las hojas de los periódicos al igual que el pau-pau, deben estar bien sujetas para evitar que se vuelen. Sujetarlas con algunos ladrillos o piedras, o bien enterrar los extremos.

Invernaderos y cajoneras

Una cajonera es de gran utilidad, ya que permite el desarrollo de los plantines en un ambiente protegido, contribuye a que las plantas jóvenes se fortalezcan antes de plantarlas en el exterior, y favorece el cultivo en el interior, por ej., la lechuga, durante toda la temporada. Sin embargo, su altura relativamente baja limitará los cultivos posibles. Si se cuenta con el espacio (y el dinero) suficientes, un invernadero podrá lograr esto y mucho más, en especial si se puede aumentar de alguna forma la temperatura interior del mismo.

Existe una enorme variedad de estructuras de diversas formas y tamaños, desde las miniaturas hasta gigantescas estructuras. Los precios varían notablemente, en gran medida, en base al tamaño y a la calidad. Aconsejo comprar un invernadero o una cajonera del mayor tamaño posible, teniendo en cuenta las posibilidades económicas de cada uno. Es importante que el invernadero posea aberturas en el techo y a los costados, porque sin ellas, las plantas no tardarán en recalentarse en el verano y la mala ventilación también promoverá las plagas y enfermedades.

En especial, esto se debe tener en cuenta en los modelos de menor costo, ya que la ventilación puede ser escasa. Verificar, además que la estructura sea, en si misma, lo suficientemente firme y resistente como para soportar los vientos informales, ya que es necesario que perdure tanto tiempo como sea posible y no se derrumbe luego de transcurrida la primera temporada. También recuerde, que cualquiera sea la protección que se haya elegido, debe asegurarse de que las abejas puedan acceder fácilmente a las plantas, por lo menos durante el momento mas calido del día. Es necesario que los insectos que efectúan la polinización puedan llegar a las flores de cultivos tales como tomates, pimientos, melones y berenjenas para poder llevarlas a cabo.

UN BUEN CULTIVO

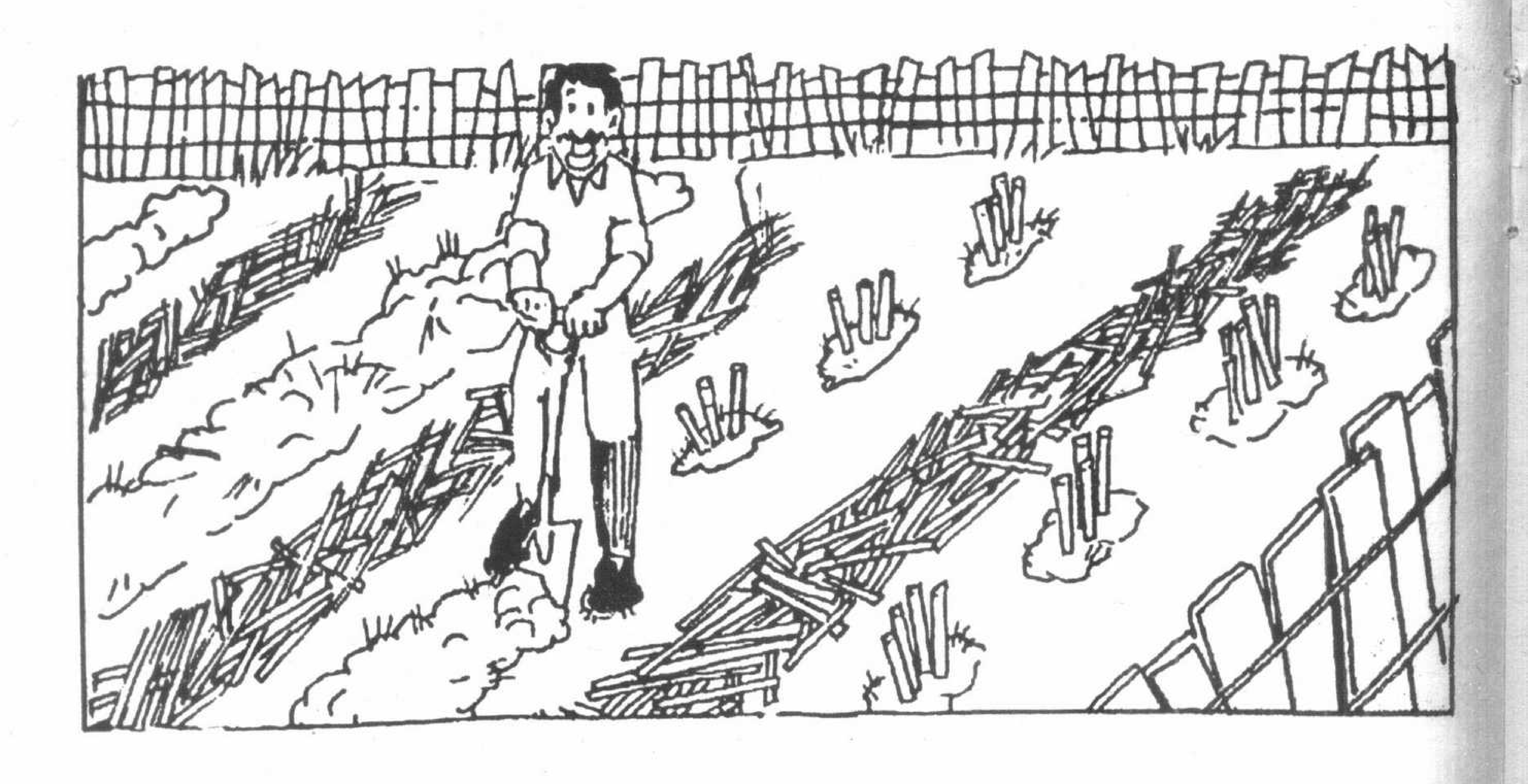
Un buen mantenimiento de la huerta asegura el máximo aprovechamiento del terreno. Quitar las hierbas malas antes de que produzcan semillas ahorra trabajo y verificar que las plantas reciban el agua suficiente permite obtener mejores cultivos. La cantidad de agua que necesitan frutas y hortalizas varía de un cultivo a otro y de una estación a otra, y depende de la etapa de desarrollo en la que se encuentra cada planta. Durante el verano, pareciera que todas las plantas florecen con mayor rapidez y necesitan una provisión de agua constante. Mientras se realiza la tarea de extirpar las hierbas malas, es conveniente controlar las plagas, las enfermedades y los cultivos que ya casi pueden cosecharse. Debe protegerse las frutas maduras de las aves, y mantener las frutillas alejadas de zonas fangosas, ya que pueden provocar moho. Para ello, colocar paja por debajo de las plantas.

Humedad adecuada

Recomiendo hacer todo lo posible para conservar el agua, incluso durante el verano cuando no existen restricciones acerca de su uso. La instalación de un barril de agua, o preferentemente más de uno, permite utilizar tanta agua de lluvia o reciclada como sea posible.

Por medio de un caño que dirija el agua proveniente del cuarto de baño, se logra obtener una cantidad suficiente incluso durante las temporadas de clima seco.

Toda la materia orgánica sólida que se incorpore a la tierra contribuirá a conservar la humedad, pero otra opción puede ser la de cubrir la tierra con un colchón orgánico de, por ejemplo,



estiércol y paja. Esto funciona tan bien en parcelas destinadas al cultivo de vegetales como en un cantero de flores. En mi caso, cubrí los árboles frutales, las frutillas y las frambuesas con estiércol bien fermentado tan pronto como los planté y luego lo fui renovando a medida que era necesario. Es importante recordar que para que sea efectiva, un colchón orgánico de este tipo debe tener al menos entre 5 y 7,5 cm de espesor y debe aplicarse sobre un suelo húmedo. Para conservar el agua y canalizarla para que llegue a las raíces, lo que es muy necesario si la huerta está ubicada sobre una pendiente y tiene un rápido drenaje, puede plantarse en una depresión suave del suelo, o bien hacer una canaleta alrededor de las bases de los árboles o arbustos. Si se retira tierra luego de realizar la plantación, asegurarse de no dañar las raíces ni dejarlas expuestas.

Salvo ante algún problema grave, debe regarse por la tarde, o, en caso de que esto no sea posible, muy temprano por la mañana. Esto reducirá en gran medida la cantidad de agua perdida por evaporación de la superficie del suelo. Si se riega hacia el final del día, las plantas tendrán una gran cantidad de tiempo para absorber el agua antes de que la temperatura vuelva a ascender. En áreas pequeñas, una regadera es muy útil y asegura el menor desperdicio ya que permite regar sólo los sectores necesarios en forma directa hacia la base de las plantas. Sin embargo, en huertas amplias como la mía, es conveniente instalar algún sistema de iluminación para poder regar hasta la medianoche. En este caso lo más aconsejable es utilizar una manguera. Los rociadores rotativos desperdician mucha agua ya que riegan los espacios entre las plantas mismas. Los rociadores rotativos pueden, además, formar una sobrecapa en la superficie de la tierra, lo que provocaría el drenaje total de agua y nutrientes. Si se utiliza una manguera, regar con cuidado con una roseta adecuada, y asegurarse de dirigir el agua a la base de las plantas que la necesitan, en lugar de regar toda el área. Si la tierra está demasiado seca, es preferible regar toda la zona ligeramente, y luego volver a hacerlo en forma más intensa. El primer riego humedece la superficie y permite una mejor penetración durante el segundo riego, más intensivo.

Control de las hierbas malas

Si no se controla el desarrollo de hierbas malas ni se las retira con regularidad, estas absorberán una gran cantidad de agua, en perjuicio de los cultivos. Estas también compiten, con frecuencia con éxito, para obtener nutrientes y pueden albergar plagas y enfermedades. Una vez plantados los cultivos, quitar las hierbas malas con ayuda de una azada, o bien en forma manual. En un clima cálido y seco, morirán rápidamente si se las deja sobre la tierra, pero hacerlo solamente si aun son hierbas malas jóvenes y no hay señales de que puedan producir semillas. Lo ideal es quitarlas con todo y raíz, pero, si crecen cerca de los cultivos y el clima es muy seco, es conveniente cortar simplemente el follaje tan pronto como aparezcan. De esta manera se logra evitar que las hierbas malas perjudiquen las raíces de los cultivos y detener en forma temporaria la competencia. Una vez realizada la cosecha, quitar las hierbas malas, raíces y demás.

Los colchones orgánicos utilizados por lo general para conservar el agua, también eliminan las hierbas malas, razón por la cual es conveniente colocarlos tan pronto como sea posible.

PLAGAS MAS COMUNES

Pulgones
Los pulgones verdes y los jejenes pueden causar deformaciones y decoloraciones, y a la vez contagiar infecciones virales al alimentarse. Utilizar un fuerte chorro de agua para erradicar las zonas infectadas; proteger las plantas con pau-pau, o considerar la aplicación de insecticidas a base de jabón para exteriores.

Mosca de la col
Los plantines y plantas trans-plantadas son, en especial, vulnerables. Las larvas se alimentan de los cultivos o perforan las raíces. Colocar discos en el momento de plantar los plantines, o cubrir con pau-pau.

Mosca de la zanahoria
Retrasar la siembra hasta principios del verano para reducir este problema. Por otro lado, es conveniente cosechar-las hacia fines del verano para evitar mayores daños. La rotación de los cultivos, las cubiertas de pau-pau, la siembra espaciada y la elección de variedades menos susceptibles, ayudarán a prevenir la plaga.

Pulguillas
Dejan una gran cantidad de zonas dañadas o de agujeros en el follaje. Las hojas se marchitan y los plantines pueden morir. Es conveniente sembrar cuando las condiciones climáticas y del suelo aseguren un crecimiento rápido para que los plantines logren soportar los posibles ataques. Cubrir los cultivos con pau-pau.

Mosca de la cebolla
Las larvas se alimentan con las raíces y cavan túneles hacia los bulbos. Esto puede traer como consecuencia la muerte de las plantas. La rotación de los cultivos ayuda a prevenir esta plaga

Araña roja
En este caso, aparecen manchas amarillas o blancas muy pequeñas en las hojas, telarañas finas, y las hojas muy dañadas se marchitan y se secan. Las infecciones aumentan con el aire cálido y seco; por esto, es conveniente incrementar los niveles de humedad en el invernadero y rociar el follaje con agua.

Orugas y caracoles
Deben erradicarse cuando la tierra y las plantas se encuentren mojadas o por la noche. Construir barreras con hojas de pino o con cáscara de cacao, colocar trampas o utilizar repelentes.

Moscas blancas
Una gran cantidad de moscas blancas muy pequeñas revolotean cerca de las plantas afectadas. Aquellas que se desarrollan dentro del invernadero hacen que las plantas se vuelvan pegajosas debido a la secreción dulce de estos insectos. En estos casos, es conveniente utilizar un insecticida a base de jabón.

Gusano de alambre
Las larvas anaranjadas y marrones de este tipo de escarabajo cavan túneles dirigidos a zanahorias y papas, y atacan la base de los plantines. Son un problema en la tierra cultivada por primera vez, pero desaparecen luego de 3 o 4 años. Cosechar tan pronto como sea posible.

Orugas
Se alimentan principalmente de follaje, pero algunas cavan túneles en las frutas. La extracción manual ayuda, pero debe ser periódica. Otra posibilidad es cubrir los cultivos con red para evitar que las orugas pongan huevos.

ENFERMEDADES Y ALTERACIONES POSIBLES

Canoro de la manzana y de la pera
Puede afectar a los árboles frutales, pero es posible eliminarlo a través de la poda.

Podredumbre de los brotes
Aparecen fragmentos negros, hundidos en los extremos de los brotes de tomates o pimientos, aunque el resto de la planta permanece perfectamente sana. Esto es ocasionado por la carencia de calcio en los frutos y un riego inadecuado o irregular.

Hernia de la col
Afecta a las crucíferas, cuyas raíces se hinchan y deforman y las plantas dejan de prosperar. Es aconsejable tratar la tierra con cal y mejorar el drenaje. Destruir las plantas infectadas.

Mildiu
La base del tallo se oscurece y se marchita, y los plantines o plantas perecen. El problema se ve incrementado por la falta de higiene, la utilización de agua no corriente. Rotar los cultivos. Considerar la posibilidad de rociar los plantines con un fungicida a base de cobre

Sarna de la papa
Aparecen costras sobre la piel de las papas, pero el resto del tubérculo no es afectado y es comestible. Es conveniente no tratar la tierra con cal e incorporar una gran cantidad de materia orgánica antes de efectuar la plantación. Regar periódicamente.

Moho pubescente
Aparecen hongos blancuzcos como aterciopelados sobre el reverso de las hojas inferiores. Retirar las zonas afectadas, mejorar la circulación del aire asegurándose de que las plantas no se encu entren demasiado amontonadas y quitar los desechos y las hierbas malas.

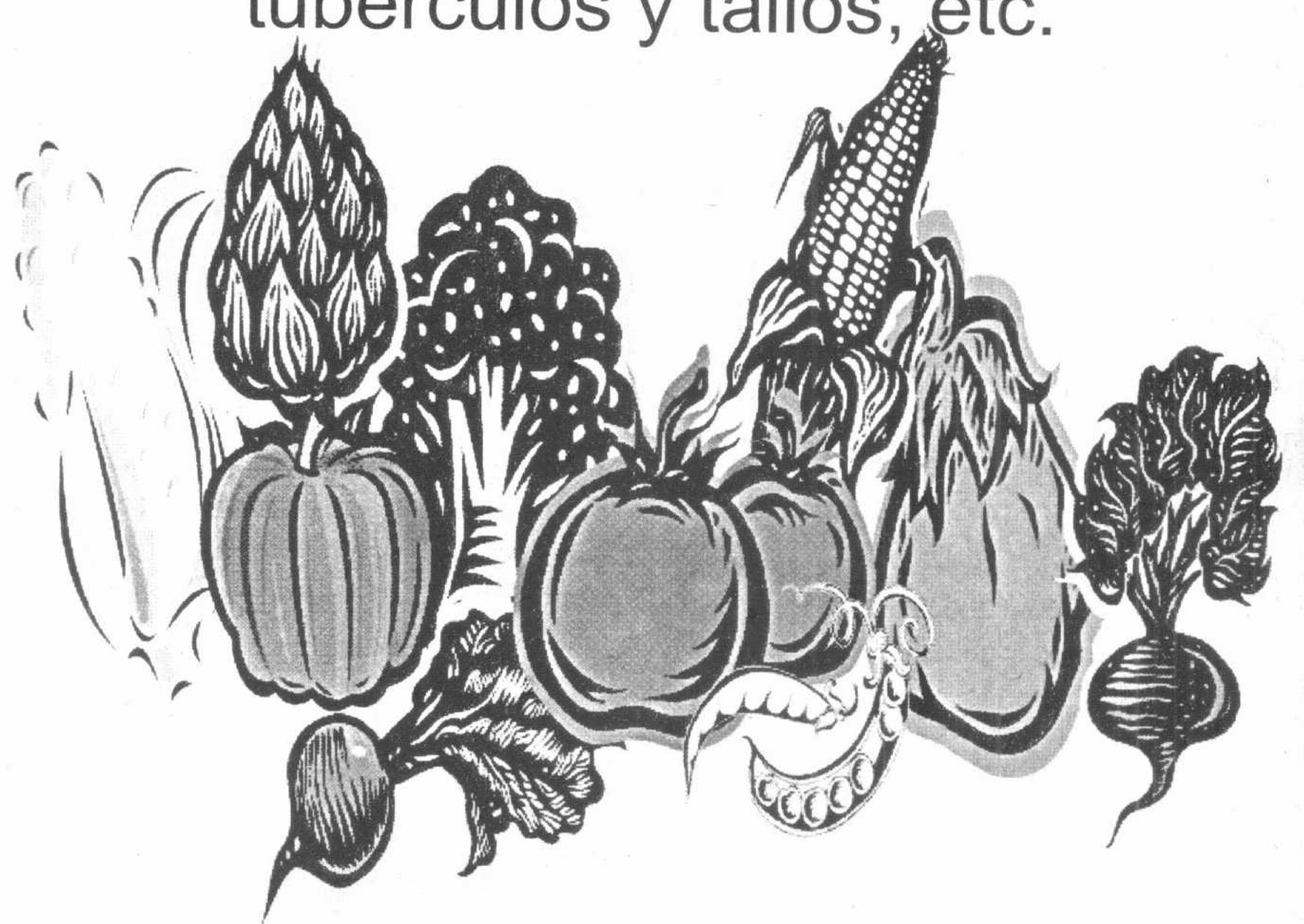
Moho gris
Aparecen hongos grises y vellosos sobre cualquier parte de la planta. Esto es consecuencia de falta de higiene y bajo condiciones climáticas frescas y húmedas. Retirar los desechos y las zonas dañadas en forma periódica, evitar regar demasiado sin necesidad.

Oídio de tomates y papas.
Estos son propensos a esta enfermedad cuando el clima es húmedo y sofocante. El follaje se marchita, los tallos de las papas pueden perecer, y los frutos o tubérculos se decoloran y, por lo general, esto lleva a la putrefacción de los mismos. Mejorar la circulación de aire, mediante la separación de las plantas de manera adecuada. Retirar las partes afectadas en forma inmediata, desecharlas o quemarlas. Rotar los cultivos y utilizar fungicidas a base de cobre.

Moho blanco
Ataca a gran variedad de plantas. Aparecen hongos blancos en forma de polvo, en especial en el anverso de las hojas. Es aconsejable regar adecuadamente las plantas y mejorar la circulación de aire entre las plantas.

Virus
Aparecen manchas circulares o rayas amarillas en el follaje; las plantas se deforman, se atrofia su crecimiento y llegan incluso hasta morir. No existe cura y por eso es conveniente desechar las plantas infectadas o bien quemarlas en forma inmediata. Elegir variedades resistentes cuando sea posible (como pepinos, zapallitos).

Cada persona debe cultivar los alimentos que sean de su agrado. Aquí han sido agrupados teniendo en cuenta la parte de la plata que se consume, por ejemplo la lechuga entre las hortalizas de hoja, las zanahorias y los puerros entre los tubérculos y tallos, etc.



ESPINACA Y ACELGA

Estas hortalizas no sólo poseen un buen sabor, sino que además, algunas pueden cultivarse por el mero hecho de su atractivo visual. La acelga de tallos rojos, por ejemplo con sus tonalidades verdes y rojas intensas, es sumamente vistosa. Algunos nombres pueden prestarse a confusiones. La espinaca verdadera no está relacionada con la acelga, a diferencia del cultivo conocido como la espinaca perenne u hoja de remolacha.

Existe una variedad que presenta nervaduras centrales más delgadas que la acelga, pero la espinaca verdadera tiene mejor sabor.



LUGAR Y TIPO DE SUELO: Suelo fértil que conserve la humedad, sol o poca sombra.

SIEMBRA DE EXTERIOR: Acelga y espinaca de verano: mediados de primavera hasta principios del verano. Espinaca de invierno: entre fines del verano y principios del otoño.

Espinaca remolacha: entre mediados y fines del verano. Producirá cultivos durante el invierno. Sembrar la acelga y la remolacha a 2,5 cm de profundidad y a 10 cm de distancia una de otra en líneas separadas por 30 cm entre sí. Sembrar la espinaca en surcos de 2,5 de profundidad separados por 30 cm uno del otro.

DISTANCIA DE PLANTACIÓN FINAL: La acelga y espinaca remolacha: 30 cm.

Plantines de espinaca: 7,5 cm.

Luego de 2 semanas, deben ser transplantados a 15 cm entre cada planta.

COSECHA: Acelga: entre mediados del verano y fines del otoño. Espinaca: la mayor parte del año, según la variedad.

RENDIMIENTO APROXIMADO: 3 kg cada 3m de línea.

La clave del éxito

- Colocar una cantidad considerable de estiércol en la tierra ya que, si la espinaca no posee suficientes nutrientes, los cultivos tienden a ser escasos y de sabor amargo y desagradable.
- Si el cultivo de espinaca no fuera posible como consecuencia de un suelo demasiado seco o espinaca remolacha, generalmente se desarrollan bien en esas zonas.
- Quitar las hierbas malas y regar periódicamente las plantas de acelga y de espinaca. Cubrirlas con un colchón orgánico para ayudar a que el suelo conserve su humedad y las hojas sean tiernas.
- Si la siembra de la espinaca remolacha es efectuada entre mediados y fines del verano, podrán cosecharse pequeñas cantidades de hojas jóvenes durante todo el invierno y la primavera.

LECHUGA

A pesar de que mi huerta parece muy grande pronto me di cuenta de que faltaba espacio. En lugar de destinar un área determinada al cultivo de lechuga, decidí cultivarla en las zonas libres y sembrar las semillas entre cultivos de crecimiento lento tales como las nabizas. Existe una amplia variedad de lechugas que van desde las grandes, rizadas y arrepolladas, hasta las blandas y tiernas de hojas largas y delgadas. Es conveniente cultivar una selección de las mismas que incluyan algunas plantas de lechuga de hojas separadas verdes y moradas para que las ensaladas combinen colores, sabores y texturas.

LUGAR Y TIPO DE SUELO: Se requiere un suelo con una gran cantidad de materia orgánica que conserve la humedad, con lugares soleados o con poca sombra.

SIEMBRA DE EXTERIOR: En cultivos de verano, siembras sucesivas desde principios de la primavera hasta mediados del verano. Sembrar a 1 cm de profundidad, en líneas ubicadas a 30cm de distancia unas de otras. Reducir la concentración de las plantas tan pronto como aparezcan las primeras hojas grandes, y luego continuar en forma periódica para mantener el espacio que se estableció con anterioridad.

SIEMBRA DE INTERIOR: En invierno, proteger en cajoneras o invernaderos, desde el otoño hasta mediados del invierno, según la variedad.

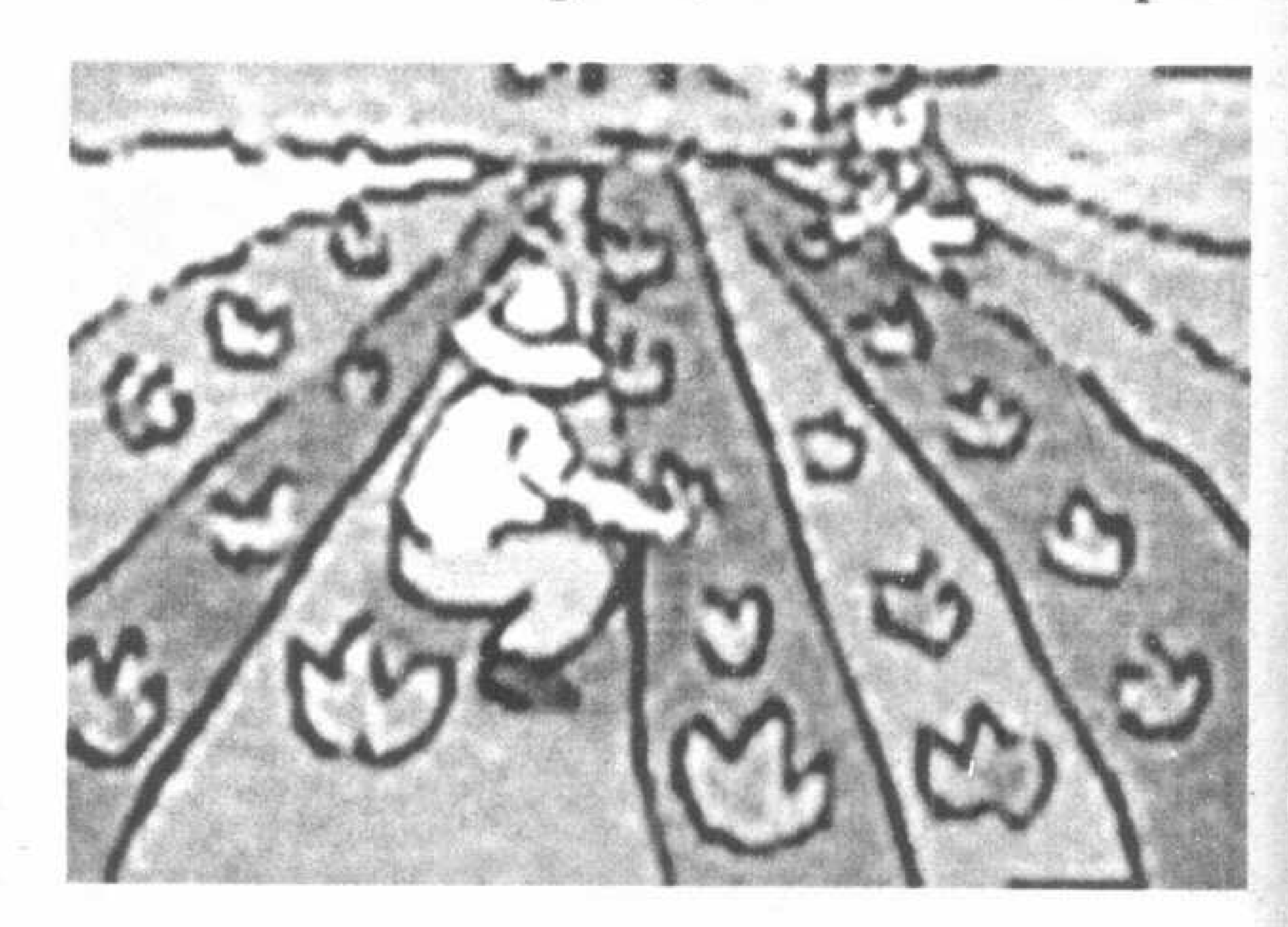
DISTANCIA DE PLANTACIÓN FINAL: Entre 15 y 30 cm, según la variedad.

COSECHA: Debe realizarse durante el verano. También puede efectuarse durante el invierno si se cultiva con protección.

RENDIMIENTO APROXIMADO: Entre 10 y 12 plantas cada 3m de línea.

La clave del éxito

- Las semillas de lechuga no soportan temperaturas demasiado altas. Por encima de los 21°C, el índice de germinación se reduce. Por lo tanto, es preferible no sembrar en los momentos más calurosos del año.
- Para obtener una gran cantidad de plantas de lechuga a corto plazo y en un espacio reducido, elegir lechuga romana (tal como la “Kendo” o “Little Gem”) y sembrar las semillas a 2,5 cm de distancia, en líneas separadas por 10cm.No reducir la concentración de los plantines. Cuando las líneas hayan alcanzado cinco semanas, cortar cada planta y dejar una cepa de entre 2 y 2,5 cm de alto. En seis semanas, habrá un segundo cultivo.
- Para las orugas, aconsejo el uso de controles biológicos, barreras o trampas.



ARVEJAS

Las arvejas que cultiva uno mismo son especiales; el sabor suave y dulce se pierde durante el proceso de congelación y, según tengo entendido, las arvejas en conserva solo sirven para preparar compost. Recomiendo hacer un cultivo propio para poder consumirlo en su estado óptimo justo antes de que el azúcar se convierta en almidón.

LUGAR Y TIPO DE SUELO: Preferentemente un lugar soleado y abierto, y un suelo neutro a alcalino, que conserve la humedad, sin anegarse. La tierra debe presentar los nutrientes necesarios pero con un contenido no demasiado alto de nitrógeno.

SIEMBRA DE EXTERIOR: Sembrar las semillas redondas desde mediados del invierno hasta principio de la primavera y las semillas rugosas desde principios de la primavera hasta principios del verano. Sembrar a una profundidad de entre 2,5 y 5 cm en un único surco o bien colocar tres líneas dentro de un mismo surco ancho, separadas 10 cm.

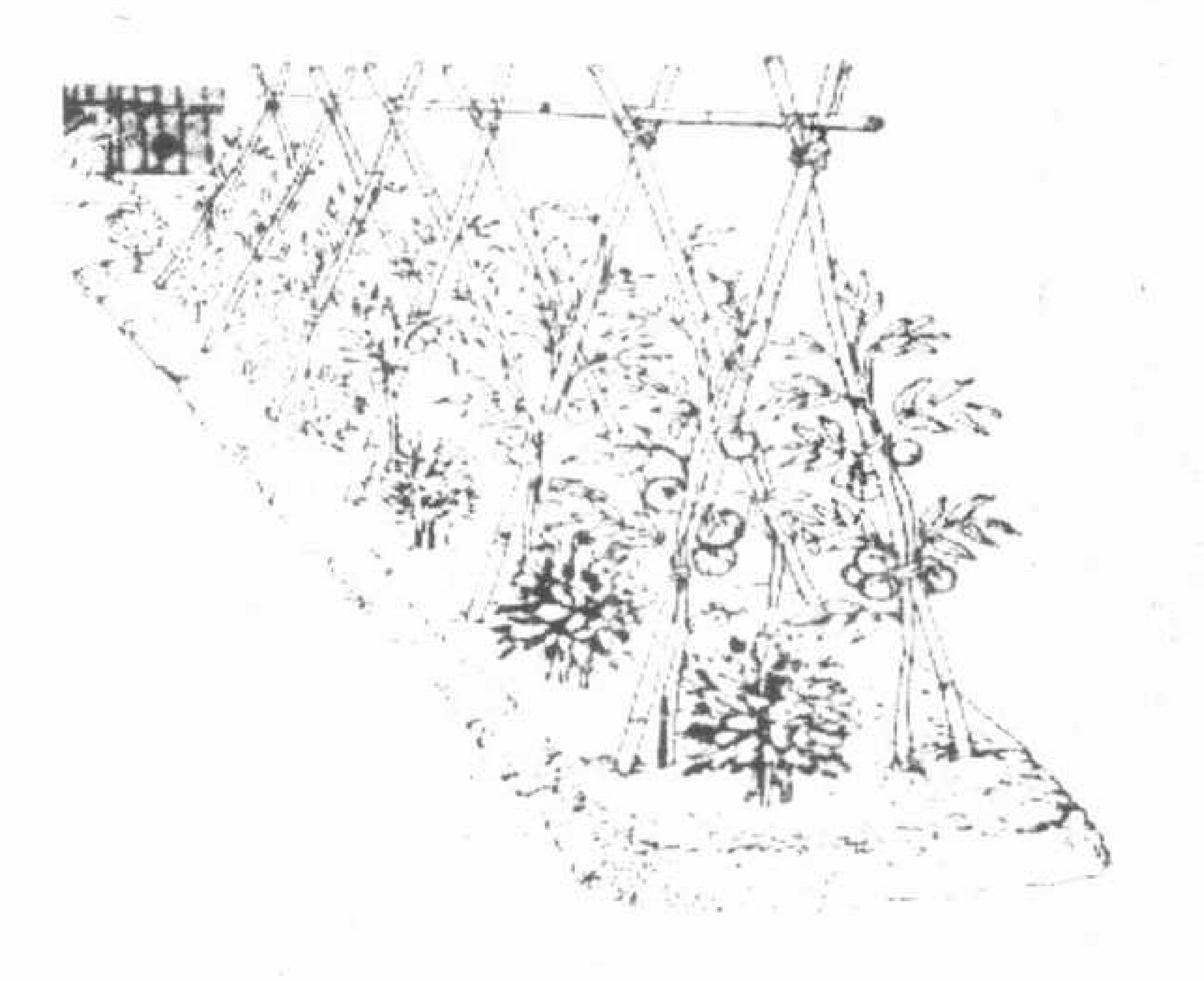
DISTANCIA DE PLANTACIÓN FINAL: Según la variedad elegida, debe haber de entre 5 cm y 7,5 cm entre las semillas, en líneas separadas por 60 a 90 cm.

COSECHA: A fines de la primavera y el verano. Las arvejas pueden cosecharse cuando se encuentren muy cerca unas de otras dentro de la vaina; estas comienzan a desarrollarse, en general, cuando las vainas presentan 7,5 cm de largo.

RENDIMIENTO APROXIMADO: De entre 3,5 kg y 4 kg cada 3m de línea.

La clave del éxito

- Las semillas de arveja pueden ser redondas o rugosas. En el caso de las arvejas mas resistentes, o si el suelo no es favorable, optar por las variedades de semillas redondas. Puede sembrarlas hacia fines del otoño para que pasen el invierno y produzcan un cultivo temprano, aunque es riesgoso ya que el índice de fracaso es mucho mayor que si la siembra se realiza en primavera. No se desconcierte con el término "rugosas". Las arvejas solo presentan este aspecto cuando se secan. Cuando se las recoge y cocina frescas, poseen una forma perfecta.
La mayoría de las plantas de arvejas



necesitan tutores de red o ramas donde apoyarse porque las plantas rastreras atraen babosas y caracoles.
- Las arvejas son similares a los guisantes cuanta más cantidad se cosecha, más cantidad se produce. Si se dejan en las plantas las vainas demasiado maduras, la producción disminuirá.

CHAUCHAS

Las chauchas verdes de enrame se cultivan igual que las rastreras y producen cultivos durante un período mayor que las verdes enanas. Si se desea una producción propia de chauchas verdes para desecarlas y utilizarlas durante el invierno, esta es la variedad por la que se debe optar. Para ello, dejar que las vainas maduren por completo.

LUGAR Y TIPO DE SUELO: Un suelo fértil y preparado de manera que conserve la humedad, pero no excesivamente húmedo; y un lugar soleado. Los suelos neutros a levemente ácidos son los que producen los mejores cultivos.

SIEMBRA DE EXTERIOR: Entre fines de la primavera y principios del verano. Colocar las semillas a 5 cm de profundidad. En general, siembro dos semillas en la base de cada soporte y luego elimino el plantín más débil.

SIEMBRA DE INTERIOR: Entre mediados y fines de la primavera en macetas individuales. Transplantar los plantines al exterior entre fines de la primavera y principios del verano, cuando hayan finalizado las heladas.

DISTANCIA DE PLANTACIÓN FINAL: 23cm entre cada planta y, si se las cultiva en doble línea 45 cm entre las mismas.

COSECHA: Durante el verano y hasta principios del otoño. Es esencial efectuar una cosecha regular para prolongar el período de cultivo.

RENDIMIENTO APROXIMADO: Varía según la preparación del suelo, el riego y el clima, pero en gral., es de 1kg por cada planta rastrera y 500g por cada planta de enrame.

La clave del éxito

- Es conveniente cultivar con la ayuda de tutores, tales como estructuras de ramas o cañas para mejorar y facilitar su desarrollo. Sujetar suavemente las plantas a los tutores en el momento de plantarlas en el exterior. Luego, treparán por si solas.
- Preparar bien el suelo. Colocar grandes cantidades de estiércol bien fermentado, compost de jardín o un colchón orgánico de follaje en la tierra para aumentar la capacidad de retención de humedad. El estiércol y el compost también proporcionan nutrientes. La teoría establece que la materia orgánica debe agregarse el año previo a realizar la siembra, pero este procedimiento puede llevarse a cabo inmediatamente antes de sembrar, sin ningún inconveniente.



- El secreto del éxito es regar las plantas con abundante agua y en forma periódica, en especial si esto va acompañado de una buena preparación del suelo.
- Nunca cultivar chauchas en el mismo lugar durante dos años seguidos porque son propensas a contraer infecciones.

MAÍZ DULCE (CHOCLO)



Todas las hortalizas se dañan en mayor o menor medida en el trayecto que recorren desde el lugar donde se las cosecha hasta la verdulería donde se las vende, pero el maíz dulce es una de las más resistentes. Las mazorcas de maíz cosechadas y cocinadas inmediatamente poseen un sabor incomparable. Tan pronto como se retira la mazorca de la planta, los azúcares comienzan a convertirse en almidón y los granos son menos jugosos.

LUGAR Y TIPO DE SUELO: Un lugar con mucho sol y protegido. Suelo rico y fértil, ácido.

SIEMBRA DE EXTERIOR: A partir de fines de la primavera. Colocar las semillas a 2,5 cm de profundidad y a 38 cm de distancia.

SIEMBRA DE INTERIOR: Mediados de primavera, a una temperatura de entre 15° y 18°C, en bandejas de cultivo de 2,5 cm o en macetas de entre 5 y 7,5 cm. Dejar que los plantines crezcan antes de transplantarlos a principios del verano.

DISTANCIA DE PLANTACIÓN FINAL: 38cm entre cada planta y de 15 cm en el caso del maíz dulce pequeño.

COSECHA: Entre mediados del verano y mediados del otoño, según la variedad y las condiciones de crecimiento.

RENDIMIENTO APROXIMADO: No es superior a una o dos mazorcas por planta.

La clave del éxito

En todas las zonas salvo en las templadas, es preferible cultivar el maíz dulce en el interior y luego transplantarlos a principios del verano, para evitar el riesgo que implican las heladas. Cubrir las plantas durante los días para facilitar su aclimatación.

- Si la siembra es en el exterior, conviene sembrar dos o tres semillas en cada lugar en caso de que alguna no germinara o si los roedores o las aves se las comieran. Reducir la concentración de las plantas. Para ello, dejar el plantín más fuerte en cada lugar. Al cubrir las semillas con campanas se aumentan las posibilidades de éxito.
- La fertilización es mucho mas exitosa si el cultivo del maíz dulce se realiza en forma de grilla, aun en los casos en los que se disponga de lugar para únicamente seis plantas.
- Hay variedades más dulces y jugosas que las tradicionales, pero las plantas tienden a ser menos robustas. Para evitar la fertilización cruzada, la cual puede reducir su sabor dulce, cultivarlas bien separadas.

BRÓCOLI

Si la siembra se efectúa en primavera, la variedad calabrés podrá cosecharse en verano u otoño, mientras que el brócoli común se desarrolla durante el invierno y se cosecha recién la primavera siguiente. Las dos hortalizas son, además, mas sencillas de cultivar que la coliflor.

LUGAR Y TIPO DE SUELO: Soleado y un suelo alcalino, de drenaje rápido, pero que conserve la humedad.

SIEMBRA DE EXTERIOR: El calabrés entre principios y fines de la primavera, y el brócoli, entre mediados y fines de la primavera, en almácigos debidamente preparados. Transplantar los plantines a mediados del verano.

SIEMBRA DE INTERIOR: En primavera, para transplantarlas entre principios y mediados del verano.

DISTANCIA DE PLANTARIO FINAL: Entre 30 y 40cm entre plantas y de 60cm entre las líneas.

COSECHA: Entre fines del invierno y el otoño, con una gran variedad de cultivos.

RENDIMIENTO APROXIMADO: Es de aproximadamente 750g por cada planta

La clave del éxito

- Sembrar las semillas en almácigos y luego transplantar los plantines en su lugar definitivo. Colocarlos por lo menos a 7,5cm de distancia dentro de cada línea para promover el desarrollo de plantas fuertes.
- Transplantar cuando tengan 7,5cm de altura y la tierra se encuentre suficientemente húmeda.
- El brócoli y el calabrés necesitan una cantidad regular de humedad para desarrollarse en forma adecuada. Colocar un colchón orgánico en las zonas de drenaje rápido.
- La mosca de la col y la hernia de la col afecta a todas las crucíferas incluyendo el brócoli, el calabrés y la coliflor. Produce daños más graves en suelos arcillosos y ácidos; por eso, es conveniente tratar la tierra con cal y mejorar cultivos. Verificar siempre que las raíces de las plantas compradas no contengan protuberancias y si no destruirlas. No existe control confiable alguno, pero si la hernia de la col constituye un problema, cultivar las plantas en macetas individuales de 5cm de diámetro. Esto permite que desarrollen sistemas de raíces fuertes antes de transplantarlas, lo cual las hace más resistentes a esta enfermedad.
- Las plantas de brócoli son pesadas en la parte superior y pueden necesitar tutores.
- Las palomas pueden ser una plaga, en especial durante el invierno. Es conveniente cubrir los cultivos con redes y ahuyentar los pájaros .
- Los brotes de brócoli deben cosecharse cuando las flores todavía son pimpollos y los brotes tiene entre 15 y 20cm de longitud. Cosechar en forma periódica.



COLIFLOR

Me encanta utilizar coliflores para preparar revueltos o curry, o bien comerlas con una salsa de queso. Por ello, intento por la simple razón de que no es sencillo que prosperen en mi terreno. Para esto, es necesario que el suelo cuente con los fertilizantes adecuados. Si logran prosperar producen cultivos desde principios de la primavera hasta principios del invierno.



LUGAR Y TIPO DE SUELO: Sol o sombra parcial y suelo alcalino, fertilizado con compost. Las variedades invernales necesitan cubierta contra heladas.

SIEMBRA DE EXTERIOR: Varia de acuerdo con la variedad. Deben seguirse las instrucciones que aparecen en el envase. Sembrar en almácigos y transplantar los plantines cuando tengan entre 5y 6 hojas.

SIEMBRA DE INTERIOR: Seguir las instrucciones del envase de semillas. Dejar que los plantines adquieran un tamaño considerable antes de transplantarlos en el exterior.

DISTANCIA DE PLANTACIÓN FINAL: Entre 60 y 75cm, teniendo en cuenta la variedad elegida.

COSECHA: Entre principios de la primavera y principios del invierno, de acuerdo con la variedad elegida. Cosechar mientras las flores reencuentran compactas en la planta.

RENDIMIENTO APROXIMADO: Es de una cabeza de entre 500g y 1Kg por cada planta.

La clave del éxito

- Los coliflores de primavera permanecen en la tierra por un largo tiempo y ocupan un gran espacio. En las huertas mas pequeñas, es preferible cultivar variedades de principios del verano, o aquellas que se cultivan especialmente para ser cosechadas jóvenes y pequeñas.
- Las variedades de color morado pueden perder su color cuando se las cocina, pero reportan un sabor muy especial a un plato de hortalizas crudas.
- La mosca de la col es una plaga común. Discos de cartón, colocados sobre la base de las plantas, ayudan a evitar esta plaga.
- El riego no adecuado o irregular y las temperaturas extremas con frecuencia provocan la producción de plantas de coliflor deformes y muy pequeñas. Es esencial regar periódicamente y preparar el suelo de manera adecuada. Puede cubrir la tierra con un colchón orgánico.
- Es necesario otorgarles una gran cantidad de nitrógeno (por ej. a través del estiércol) en especial si deben soportar el invierno, ya que, de lo contrario, las cabezas serán demasiado pequeñas y las plantas no podrán soportar las bajas temperaturas. Las cabezas pueden dañarse si se las expone a un clima invernal muy severo.

ALCAUCILES

Si bien se asemejan a los cardos, las flores de la planta perenne de alcauciles poseen un sabor delicioso, especialmente si se las rocía con manteca derretida. Esta planta majestuosa puede medir entre 90 y 150cm y, cuando alcanza su punto máximo (desde principios del verano hasta fines del otoño), es lo suficientemente atractiva como para adornar cualquier seto.



LUGAR Y TIPO DE SUELO: Mucho sol y un suelo con una lata dosis de compost de jardín o estiércol bien fermentado.

SIEMBRA DE LAS SEMILLAS: La siembra interior, entre fines del invierno y principios de la primavera. La siembra exterior, a mediados de la primavera. Dejar que los plantines cultivados en el interior adquieran un tamaño considerable antes de transplantarlos.

PLANTACIÓN: Fines de primavera. Colocar los gajos a 5cm de profundidad y a 1,2m de distancia.

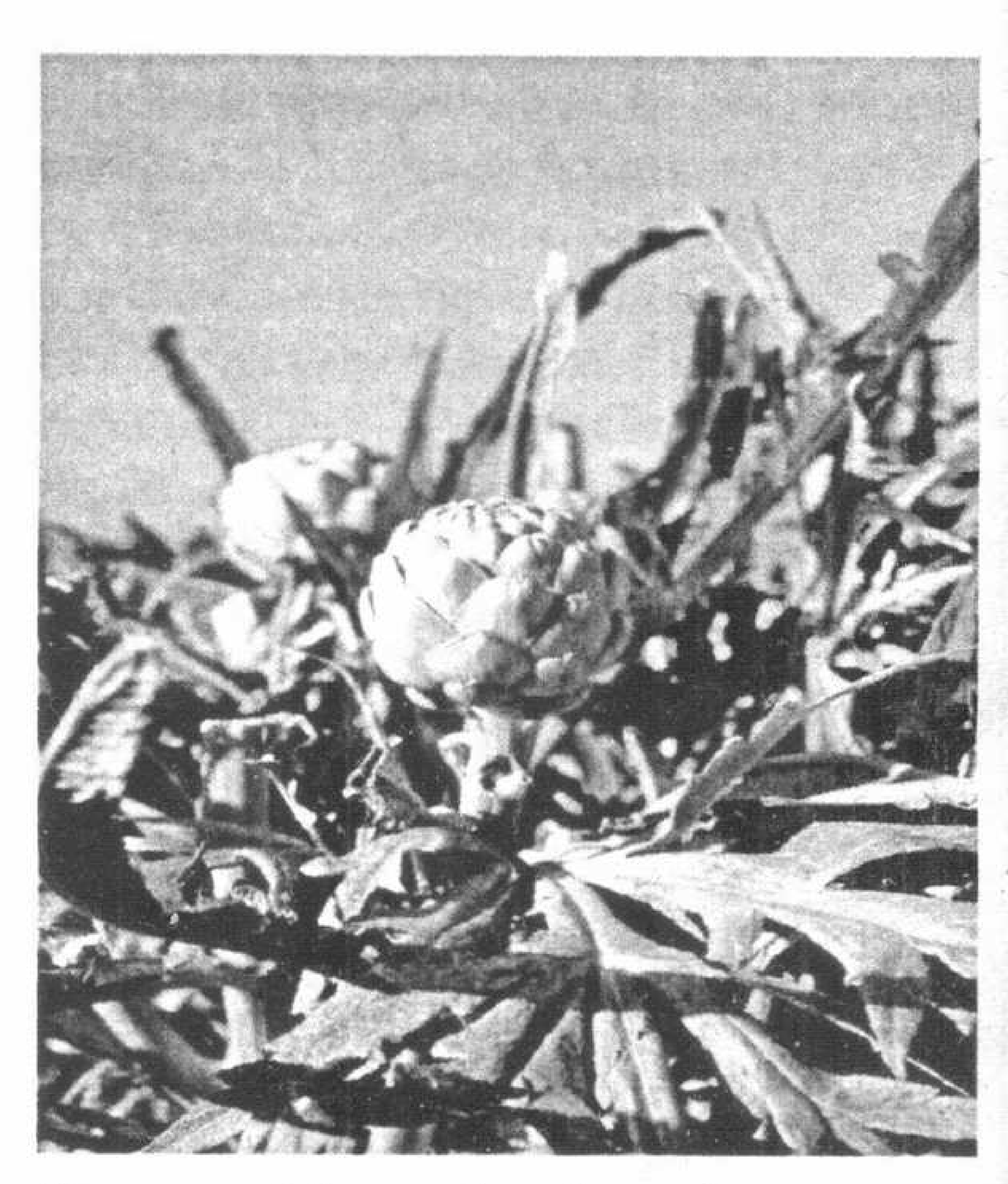
DISTANCIA DE PLANTACIÓN FINAL: Debe ser de aproximadamente 1,2m entre las plantas.

COSECHA: Entre mediados del verano y principios del otoño.

RENDIMIENTO APROXIMADO: 10 alcauciles por planta, una vez establecido.

La clave del éxito

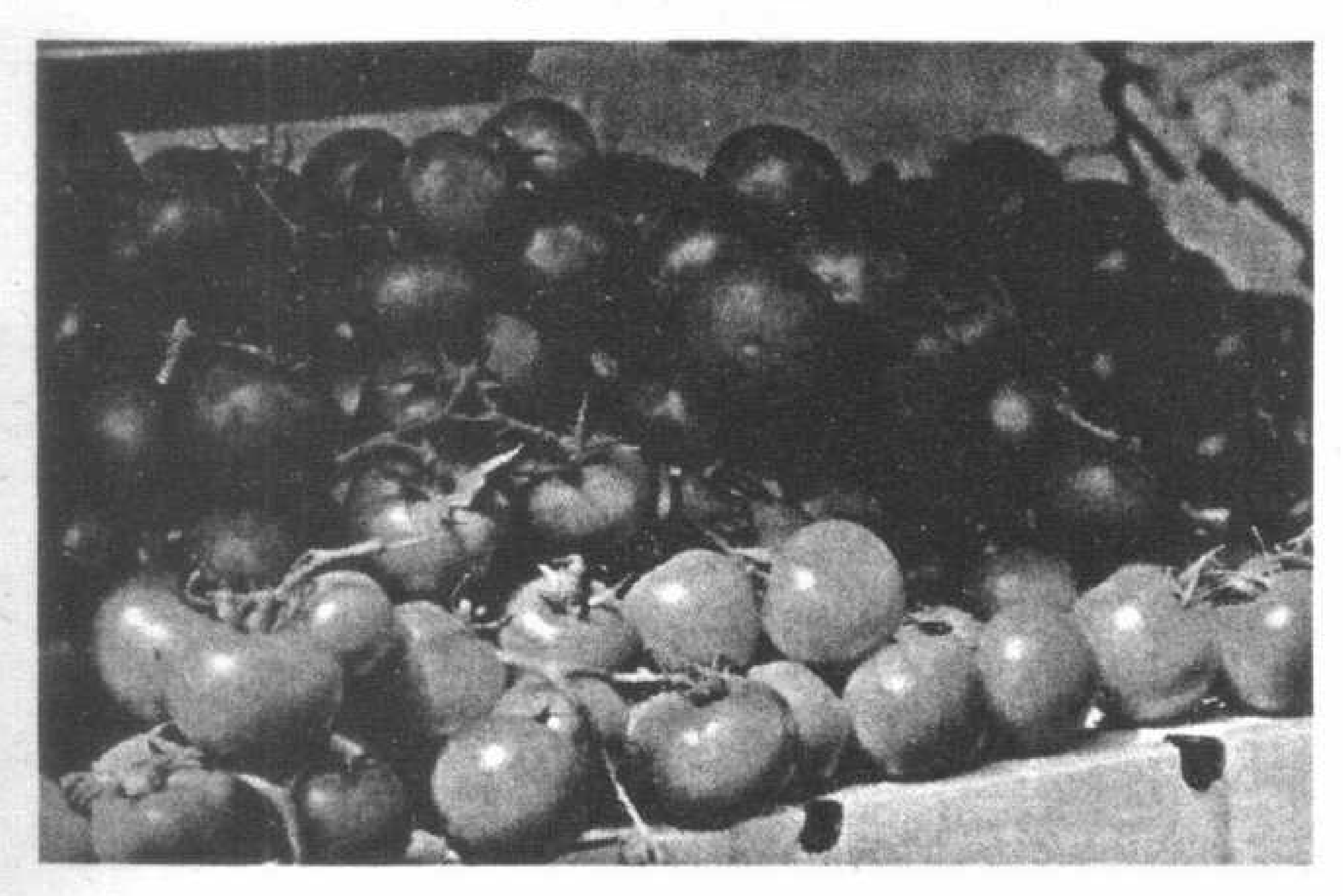
- Los alcauciles pueden cultivarse a partir de semillas pero, también de gajos. Las plantas de semillas pueden ser muy variables en cuanto a desarrollo y sabor. Los gajos pueden comprarse en primavera o puede extraerlos de plantas que poseen un buen desarrollo.
- Para obtener gajos de raíces, remover la tierra de alrededor de la base del tallo y deslizar un cuchillo hacia abajo entre el gajo y la planta. Dejar por lo menos tres brotes en la planta.
- Durante el primer año, los gajos jóvenes deben regarse de manera adecuada y es necesario nutrirlos hasta que se asienten definitivamente.



- Es esencial nutrir el suelo y regar periódicamente durante el verano para asegurar el buen cultivo de la planta.
- Debe cortarse el brote principal para que la planta produzca una mayor cantidad de alcauciles. Al cosechar, cortar los alcauciles junto con parte del tallo.
- Espere el primer cultivo. Los beneficios podrán obtenerse durante las temporadas posteriores.

TOMATES

Los tomates comprados nunca tienen el mismo sabor, jugo y textura que los cultivados en casa. Por eso es conveniente hacerles un lugar en la huerta. Me dedico al cultivo de las variedades de exterior, pero si se dispone de espacio en un invernadero es muchísimo mejor.



LUGAR Y TIPO DE SUELO: Al aire libre, se requiere un lugar protegido con una gran cantidad de sol y un suelo fértil. En invernaderos, las variedades de interior pueden plantarse en macetas o en bolsas de cultivo.

SIEMBRA DE INTERIOR: La siembra debe realizarse a 19°C dentro del invernadero o en el alféizar de una ventana que reciba sol. Las de interior, entre fines del invierno y principios de la primaveras, y las de exterior, entre fines del invierno y mediados de la primavera (realizar este procedimiento entre 6 a 8 semanas antes de las últimas heladas).

Transplantar los plantines una vez terminada la época de heladas.

DISTANCIA DE PLANTACIÓN FINAL: 45cm entre las plantas de exterior, con una separación de 75cm entre las líneas. En las bolsas de cultivo, pueden colocarse hasta tres plantas.

COSECHA: En las variedades de interior, a partir de mediados del verano. En el caso de las variedades de exterior, entre fines del verano y principios del otoño o hasta que se produzcan las primeras heladas.

RENDIMIENTO APROXIMADO: Varía de acuerdo con las condiciones de desarrollo y la variedad elegida, pero es de aproximadamente 1,75kg por cada planta de exterior y 3,5kg por cada planta de interior.

La clave del éxito

- Transplantar los plantines una vez que hayan alcanzado el tamaño adecuado (en general, cuando se hayan formado al menos tres hojas) en macetas individuales de 7,5cm con compost para fines múltiples.
- Dejar que las plantas se fortalezcan antes de transplantarlas ya que, de lo contrario, no aconsejable cubrir las plantas con pau-pau durante las primeras semanas.
- A pesar de que las instrucciones de cultivo que en general establecen que deben cortarse los brotes laterales, esto no es siempre necesario. En el caso de algunas variedades (que se cultivan inclinadas), es necesario quitarlos para producir una planta con un único tallo. La mayoría de las variedades de invernadero requieren del corte de los brotes, mientras que las de exterior, generalmente son arbustos.
- Puede obtenerse un cultivo razonable utilizando un macetero grande o una

bolsa de cultivo que debe ubicarse en un lugar protegido y soleado. Regar de manera adecuada las plantas puede resultar muy complicado, en especial, cuando el clima sea demasiado caluroso. Por esta razón, cuanto mayor sea el tamaño del macetero, mejor. Asegurarse de que al menos presente un diámetro de 25cm.

- Los tomates que se cultivan en maceteros son propensos a la podredumbre de los extremos de los brotes, una deformación causada por la carencia de calcio. Para evitarla, es necesario regar de manera adecuada. Los tomates cherry rara vez mueren, sin importar como se los trate.
- Nutrir la tierra con potasa orgánica soluble aumentará el rendimiento, especialmente de las plantas ubicadas en maceteros. Por otro lado, puede agregarse potasa sólida a la tierra antes de plantar al aire libre. La consuelda líquida promueve la correcta formación de los frutos.
- Los tomates de piel gruesa no son buenos. Este problema puede ser ocasionado por altas temperaturas y un riego inadecuado e irregular.
- Para obtener buenos cultivos en exteriores, es esencial cultivarlos en un lugar protegido durante un verano largo y caluroso. Para prolongar la temporada cubrir las plantas con pau-pau (o colocar campanas sobre variedades más pequeñas) tan pronto como la temperatura comience a bajar hacia fines del verano. Si el verano fuera cálido y húmedo, los tomates de exterior pueden morir si padecen de oídio, una clase de hongo Que afecta también a las papas. Si se rocían las plantas con fungicidas a base de cobre, puede llegarse a prevenir la enfermedad siempre y cuando se los aplique oportunamente. Los cultivos de invernadero no se ven afectados.
- Las plagas de invernadero en especial, la mosca blanca, poseen un gusto particular por las plantas de tomates. El cultivo de caléndulas entre los tomates puede ser de gran ayuda.
- No cultivar nunca tomates más de una vez cada tres años en el mismo lugar. Utilizar siempre bolsas nuevas de cultivo y colocar compost fresco en las macetas. Los tomates son propensos a la podredumbre de raíces y bases del tallo, la que se origina con frecuencia, en la tierra o en el compost que vuelve a utilizarse.



- Los ramilletes de tomates cherry producen frutos durante un largo período. Para mejor sabor, dejar que los tomates maduren en la planta.
- Podar el follaje ayuda a que el sol llegue a los frutos para que maduren. Sin embargo, no excederse en la poda, sino la planta no podrá alimentarse en forma adecuada.

PIMIENTOS Y AJÍES MORRONES

Para obtener un buen cultivo de pimientos, se necesita un invernadero o semillero. Sin embargo, es posible obtener resultados con algunas de las variedades más pequeñas, en un macetero ubicado en algún lugar protegido y soleado, por ej., la esquina de un patio. Cultivo pimientos no solo por su textura y delicioso sabor a la vista. Las guindillas, de la misma familia pero picantes, también presentan unas plantas hermosas, y las ramas secas con las frutas decoran de manera maravillosa la cocina.



LUGAR Y TIPO DE SUELO: Un invernad ero o un lugar muy protegido al aire libre. Los pimientos prefieren suelo s levemente ácidos y fértiles, con un buen drenaje, pero que conserven la humedad. En maceteros, utilizar compost de uso múltiple.

SIEMBRA DE INTERIOR: Entre principios y mediados de la primavera, a 21°C. Transplantar al lugar definitivo (a un macetero o alrededor del invernadero) tan pronto como aparezcan las primeras flores. Si van a colocarse en el exterior, dejar que crezcan y luego de las heladas.

DISTANCIA DE PLANTACION FINAL: Dos plantas por cada bolsa de cultivo. Si se las coloca en tierra firme, la distancia debe ser de aproximadamente 40cm entre las plantas.

COSECHA: Entre mediados del verano y principios del otoño.

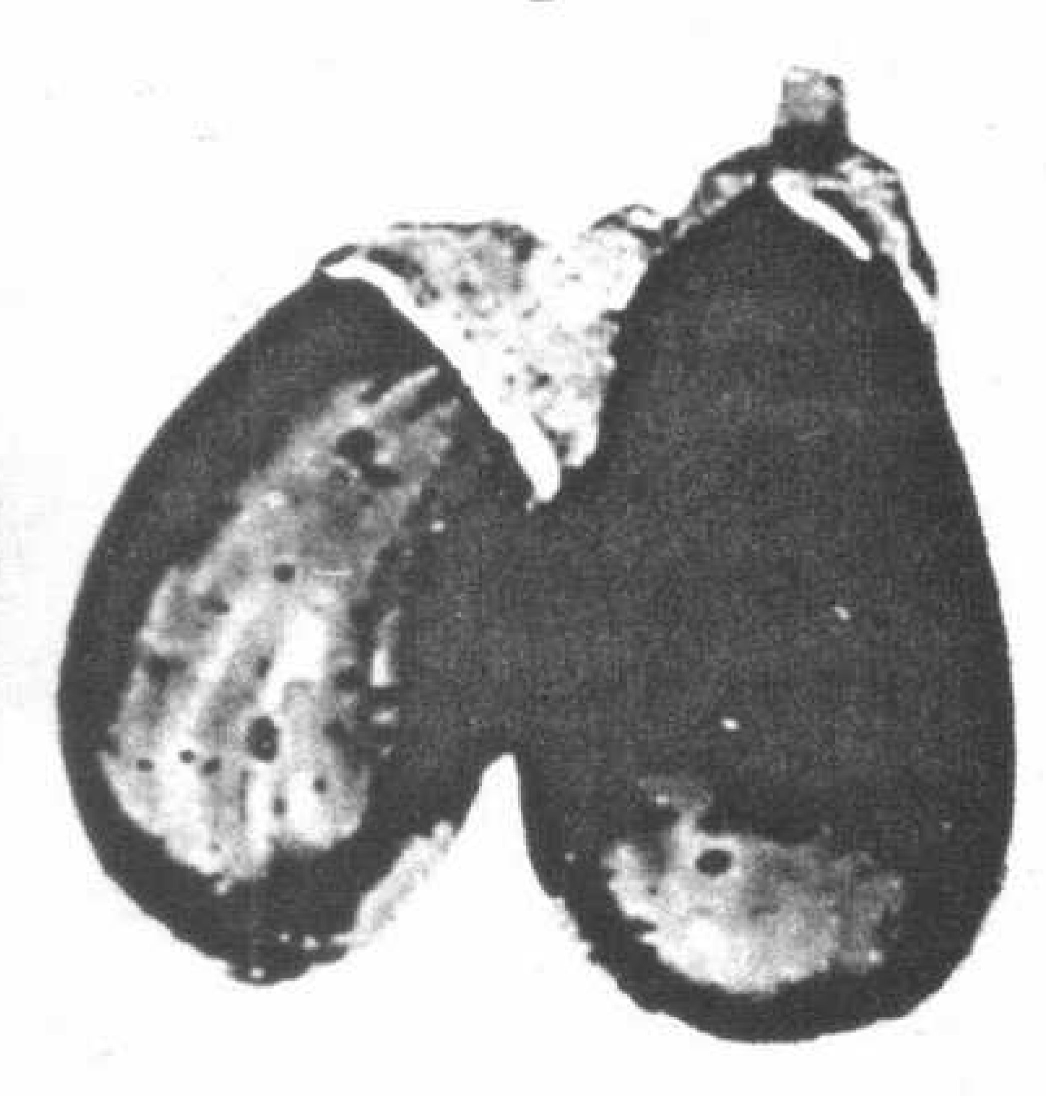
RENDIMIENTO APROXIMADO: 6 a 8 ajíes morrones o 20pimientos por cada planta.

La clave del éxito

- Una buena idea es aprovechar la gran variedad de plantas pequeñas de pimientos. De esta forma, pueden cultivarse pimientos a temperaturas diferentes sin la necesidad de comprar y sembrar una gran cantidad de semillas.
- Prefiero sembrar las semillas en bandejas de cultivo para facilitar el transplante y ahorrar tiempo. Si se utilizan bandejas, transplantar una vez que tengan tres o cuatro hojas.
- Los pimientos se desarrollan de manera adecuada en bolsas de cultivo. Si se utilizan maceteros, colocar cada planta en una maceta de al menos 25cm de diámetro y profundidad.
- Las plantas requieren de un gran cuidado. Mantener la temperatura constante y, si se las cultiva al aire libre, nunca plantarlas en un suelo frío o mojado. En caso de duda, esperar a que mejoren las condiciones climáticas.
- Los ajíes morrones pueden ser pesados y, a menos que la planta sea lo suficientemente resistente, pueden quebrarla. Estos pueden perecer a causa de la podredumbre de los extremos de los brotes, lo cual se asocia comúnmente a los tomates. El riego periódico, pero no excesivo, combinado con un colchón orgánico que conserve la humedad, puede

BERENJENAS

La piel de las berenjenas es brillante y de color violeta oscuro. Además de su aspecto tan perfecto, son hortalizas versátiles y a pesar de que pueden obtenerse un mejor cultivo en invernadero, se adaptan fácilmente a las macetas, siempre y cuando se las ubique en sectores cálidos y protegidos. Si bien no se trata de las hortalizas más prolíferas, además de ser propensa a varios problemas, las berenjenas son, sin embargo, uno de los cultivos más gratificantes.



LUGAR Y TIPO DE SUELO: En invernadero, pero se adaptan a lugares protegidos. Se requiere un suelo fértil o con compost.

SIEMBRA DE INTERIOR: Entre principios y mediados de la primavera, a 21°C y luego, debe mantenerse una temperatura de aproximadamente 18°C hasta plantarlas. Transplantarlas a un macetero cuando aparezcan los primeros brotes y colocarlas en el exterior una vez que haya finalizado las heladas.

DISTANCIA DE PLANTACIÓN FINAL: Colocar las plantas a 60cm de distancia si se las planta en el exterior. Protegerlas con una campana. En cada bolsa de cultivo puede colocarse tres plantas.

COSECHA: A partir de mediados del verano.

RENDIMIENTO APROXIMADO: Varia notablemente, pero en general, es de 4 a 6 berenjenas grandes por cada planta y más si son pequeñas.

La clave del éxito

- Las plantas se desarrollan mejor en bolsas de cultivo que en sectores soleados y protegidos, preferentemente contra una pared que mira al sur o al este. Una maceta profunda, de por lo menos 25 cm de diámetro, llena de compost para usos múltiples, mejora el cultivo de la planta ya que otorga una gran cantidad de espacio para las raíces.
- Cuando todas las plantas excepto las enanas, alcanzan una altura entre 30 y 40cm, cortar los brotes superiores.
- Regar las plantas de manera adecuada, en especial, las de las macetas, y agregar potasa orgánica soluble a la tierra en forma periódica.
- Si se cultiva alguna variedad de frutos grandes y las condiciones son favorables, es posible que la planta se sobrecargue. En estos casos, retirar algunas berenjenas o sujetar los tallos.
- Las berenjenas son propensas a la araña roja y a la mosca blanca, en especial, si se las cultiva en invernaderos, cajoneras o bajo campanas. Es aconsejable rociar periódicamente con agua porque ayuda a evitar la araña roja, pero es posible que también se necesiten controles biológicos.
- Los tallos de las berenjenas pueden ser ásperos y espinosos. Por eso, debe tener cuidado al cosechar las berenjenas. Cortar los frutos con la ayuda de un cuchillo filoso y nunca intentar cortar los tallos con la mano.

PEPINOS

Me resulta difícil imaginarme una ensalada sin pepinos. Por esta razón, cultivo algunas variedades de exterior. Sin embargo, un invernadero o cajonera de gran tamaño aumenta la cantidad de variedades que pueden sembrarse. Además, permite obtener frutos de piel suave mientras que los cultivados en el exterior presentan una piel áspera y una mayor cantidad de semillas.

LUGAR Y TIPO DE SUELO: Se requiere un lugar muy protegido y soleado, un suelo fértil y de buen drenaje para las de exterior. Si el suelo lo requiere, agregar una gran cantidad de materia orgánica.

SIEMBRA DE EXTERIOR: A fines de la primavera o a principios de l verano. Para ello, se colocan las semillas a unas profundidad de entre 1 y 2cm. Protegerlas con campanas o frascos de vidrio colocados boca abajo.

SIEMBRA DE INTERIOR: Entre mediados y fines de la primavera, y las variedades de invernadero, a mediados de la primavera, a una temperatura de entre 21° y 24°C. Transplantar los plantines al aire libre cuando haya finalizado la época de heladas.

DISTANCIA DE PLANTACIÓN FINAL: Entre 60cm y 75cm en el exterior.

En bolsas de cultivo y macetas, solo una planta.

COSECHA: en verano

RENDIMIENTO APROXIMADO: Es de 10 a 12 frutos por cada planta cultivada en invernadero climatizado. Las plantas de exterior producen una menor cantidad de pepinos.

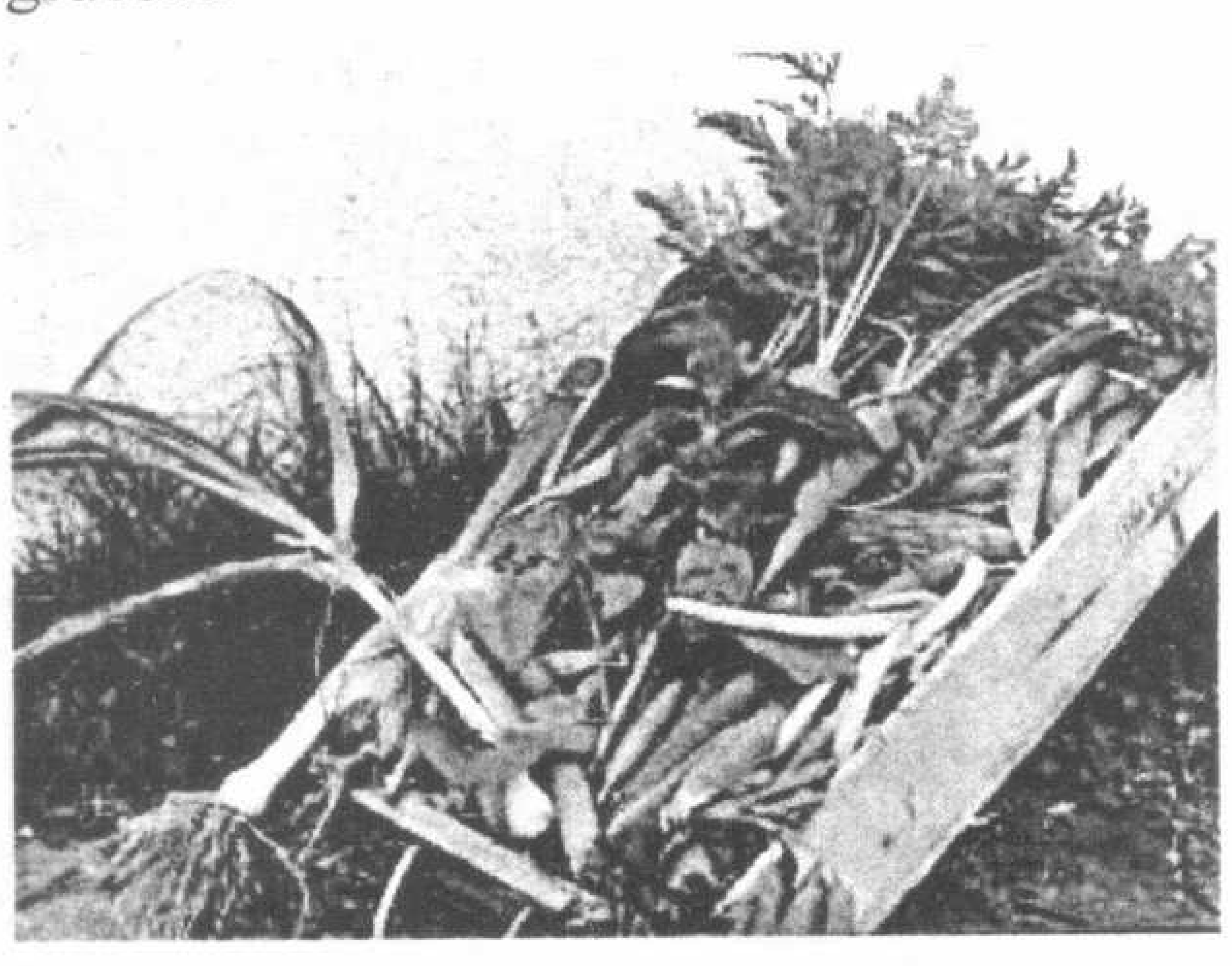
La clave del éxito

- Al efectuar la siembra de exterior, colocar tres semillas por lugar. Reducir la concentración de las plantas para conservar algunas más fuertes y regar adecuadamente.
- Es necesario proteger los pepinos de exterior de las temperaturas extremas y del viento. Las campanas y el pau-pau son muy útiles durante las primeras etapas de desarrollo. En el caso de las bolsas de cultivo y maceteros, es conveniente colocarlos contra una pared.
- Las macetas donde se colocan las plantas deben tener al menos 30cm de diámetro y 25cm de profundidad.
- Se aconseja rotar el cultivo de pepinos con otros cultivos o cambiar la tierra de los bordes del invernadero cada año. Las plantas son susceptibles a las infecciones que causan la podredumbre de raíces y bases de los tallos.
- Sujetar las plantas de interior a ramas, cañas o alambrados. Algunas variedades de exterior requieren de tutores.



ZANAHORIAS

A nivel comercial, se utiliza una gran cantidad de productos químicos sumamente perjudiciales para producir zanahorias. Si cultivo yo misma las cultivo, sé que no serán dulces y tiernas, sino que no contendrán fosfatos orgánicos y demás productos perjudiciales. El suelo arcilloso de mi terreno impide su desarrollo. Por esta razón, cultivo aquellas variedades de frutos más cortos o de raíces gruesas.



LUGAR Y TIPO DE SUELO: Se requiere un suelo fértil, poroso y con buen drenaje.

SIEMBRA DE EXTERIOR: Efectuar siembras sucesivas, cada dos semanas, entre mediados de la primavera y mediados del verano. Colocar las semillas a 1cm de profundidad, en líneas separadas por 30cm unas de otras. Para los cultivos precoces, sembrar a principios de la primavera y protegerlos en campanas.

DISTANCIA DE PLANTACIÓN FINAL: Reducir los plantines hasta lograr una separación de entre 7,5 y 10cm.

COSECHA: Entre fines de la primavera y principios del invierno.

RENDIMIENTO APROXIMADO: Varía notablemente, de acuerdo con la variedad elegida, pero es de aproximadamente 500g cada 30cm de línea.

La clave del éxito

- Es esencial un suelo bien preparado. Evitar compactar demasiado la tierra de lo contrario, desarrollaran las raíces cortas o bifurcadas. El estiércol fresco aumenta las posibilidades de deformaciones de las raíces.
- Si no se cuenta con demasiado espacio, colocar las líneas a una distancia de 15cm.
- Si el suelo es demasiado frío y húmedo, la germinación es desfavorable. Por esta razón, sembrar las semillas solo si las condiciones climáticas son favorables o utilizar campanas para protegerlas.
- La mosca de la zanahoria constituye una amenaza ya que las larvas cavan túneles hacia las raíces, dañándolas y favoreciendo su podredumbre. Al cubrir la zona con pau-pau, se evita que las moscas pongan sus huevos cerca de los cultivos.
- Sembrar las semillas delgadas mezcladas con arena de manera espaciada para evitar la necesidad de reducir la concentración de las plantas. El follaje demasiado compacto ayuda a que la mosca de la zanahoria encuentre las raíces por su olor.
- Las siembras sucesivas de diversas variedades ayudan a prolongar la temporada de cosecha.
- Si se riega periódicamente, se evita que los cultivos se agrieten oresquebrajen.



Este libro es el indicado para toda aquella persona que sin conocimientos previos desee ser productora de sus verduras y frutas a través del cultivo orgánico, libre de pesticidas y prescindiendo de productos químicos.

